Рецепты • Напитки • Сервировка • Техника для кухни • Продукты • Рестораны

www.appetite.org.ua

Кушать подано!

№4(34) 2009

ISSN 1819-8910

Новая жизнь

- весенние супчики
- запеченное мясо
- домашняя колбаска
- фаршированные яйца

В этом жизнерадостном номере мы собрали для вас самые лучшие и необычные рецепты для праздничного пасхального стола. Но если хотите действительно удивить своих близких и гостей – приготовьте это восхитительное и совсем не сложное блюдо с обложки (рецепт на стр. 59).

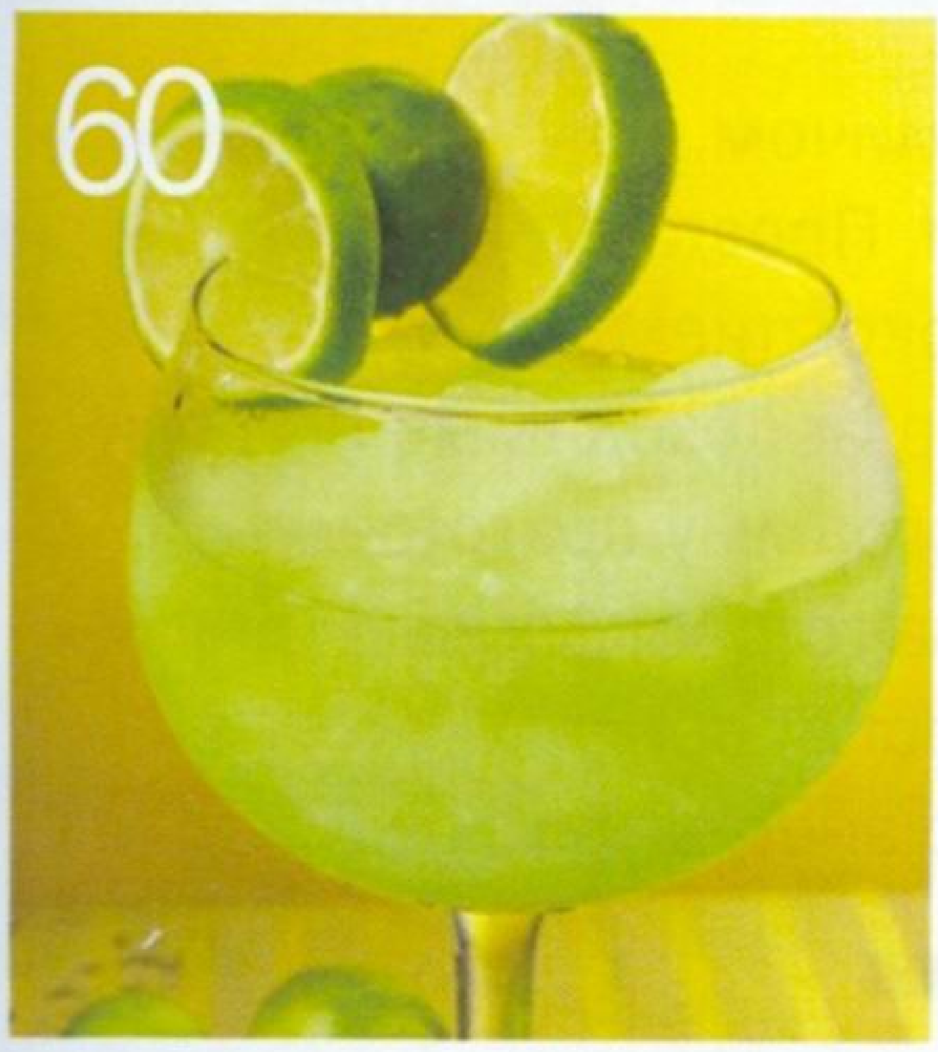
60 рецептов + 2 ресторана

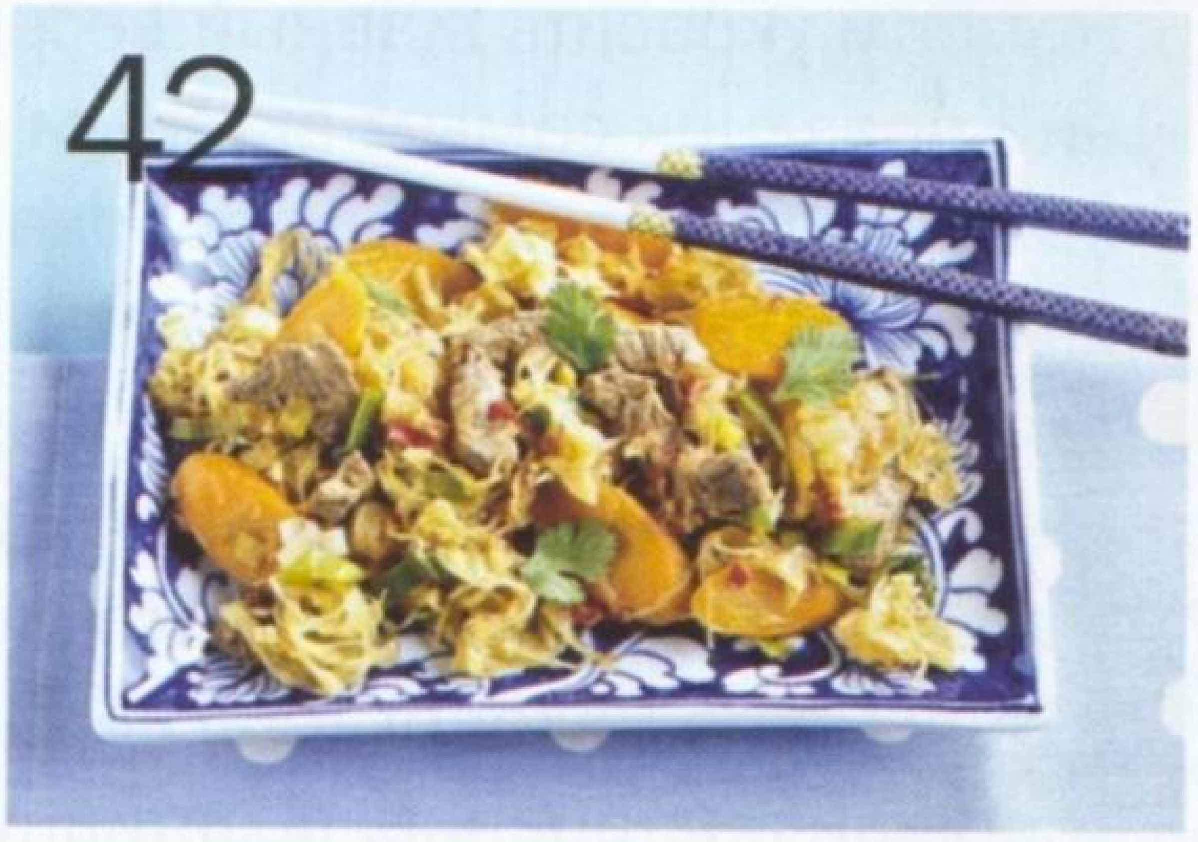
15 пасхальных угощений

Journal-plaza.net ®

КУШАТЬ подано!

№4 (34) '2009





www.appetite.org.ua

4 Новости

6 За покупками
Просто цыпочка

8 Первые блюда
Экспресс-супчики

14 Блюда из ресторана
Невиданная роскошь

18 Праздничная кухня
Пасхальная радость

24 Сытный обед
Парадное блюдо

31 Простые рецепты
Часть 3. Блюда из яиц

35 Мастер-класс
Колбасный рай

38 Интересные идеи
Кутеж с яйцами

42 Продукт месяца
Эликсир жизни

44 Кулинарная библиотека
Высоцкая готовит так!

52 Wellness-меню
Рисовый потенциал

54 Рецепты читателей
Салатный сезон

57 Конкурс

59 Рецепт с обложки
Яйца, фаршированные по-праздничному

60 Напитки
Искорки солнца

63 Техника
Замиксуем?

64 Посуда
Золотое яичко

65 Сервировка
Чудо из чудес

66 Кулинарные хитрости
5 способов сделать творожную запеканку еще вкуснее

ШЕФ-РЕДАКТОР
Светлана Островская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Татьяна Капелюшна

АРТ-ДИРЕКТОР
Вячеслав Марченко

ДИЗАЙНЕРЫ
Михаил Килеса,
Анастасия Леднёва,
Наталья Недзведская

КОНТРОЛЬНЫЕ РЕДАКТОРЫ
Мария Марченко,
Элеонора Чепинская

ФОТОГРАФ Владимир Хомяков

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
Татьяна Кожанова,
Анна Карвацкая

ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ
Мария Котовская, Ольга Петрусь

Журнал «Кушать подано!», №4 (34) 2009
Свидетельство о регистрации
КВ №13373-2257ПРот 06.11.2007 г.
Подписной индекс 95474
Выходит 12 раз в год. Издается с апреля 2006 г.
Учредитель и издатель – ООО «Блиц-Пресс»
Директор – Николай Москаленко

За содержание и достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель.
Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов.
Полная или частичная перепечатка материалов допускается только с письменного разрешения редакции.
Цветоделение и печать – СОМ
Киев, ул. Бориспольская, 15; тел. 425-1254
Цена свободная. Тираж 55 000 экз.

Адрес редакции и издателя: 02140, Киев, ул. Мишуги, 3-в, оф. 19
Телефон редакции: (044) 501-4860, факс: (044) 501-4863
E-mail: office@imedia.org.ua, http://www.appetite.org.ua

По вопросам размещения рекламы обращайтесь, пожалуйста, по телефонам: (044) 501-4860, 501-4861
© «Блиц-Пресс», 2009 г.
Все права защищены.

international media издательский дом

Journal-plaza.net ®

Мы вместе с вами уже 3 года!

В мае журнал «Кушать подано!» празднует свое трехлетие. Пожалуй, в современном мире три года – это не такой уж и большой срок, но для нас, редакции самого аппетитного и самого красочного кулинарного журнала, – это, безусловно, большое событие. Спустя 1095 дней интереснейшей работы мы можем поведать о своих достижениях: наш тираж возрос почти в четыре раза, и теперь «Кушать подано!» можно купить в каждом областном и в большинстве районных центров Украины. Мы благодарны всем нашим постоянным читателям: тем, кто стали подписчиками со второго номера, тем, кто каждый месяц ищет новый выпуск «Кушать подано!» на раскладках прессы, тем, кто готовит дома и участвует в наших конкурсах, и всем тем, кто, несмотря на финансовый кризис, не представляет свою жизнь без свежего номера «Кушать подано!». Мы рады, что празднуем свой третий день рождения с самыми лучшими читателями в мире. Оставайтесь с нами, и давайте вместе делать нашу жизнь еще вкуснее!

Куличи к Пасхе получатся у всех!

Запах свежеиспеченного хлеба – всеми признанный и для всех желанный атрибут домашнего тепла, уюта и заботы. Признайтесь, в преддверии Пасхи вы всегда боитесь браться за пасхальную сдобу и присматриваетесь к магазинной выпечке? Новинка от Tefal – хлебопечка Dual Home Baker – поможет вам украсить главный весенний праздник самым вкусным куличом, который вы и ваши близкие когда-либо пробовали. Просто положите в одну из двух форм с антипригарным покрытием (круглая форма для кулича предпочтительнее) все необходимые ингредиенты, запустите специальную программу приготовления – и главное блюдо пасхального стола готово! Домашний хлеб с Dual Home Baker от Tefal передаст от вас вашим близким хорошее настроение, позитивную энергетику и любовь.

1,5 млн бутылок – очевидный успех

Лидером производства растительного масла в Украине – компанией «Кернел» – в январе 2008 года был выпущен в продажу новый продукт – масло «Стожар Подсолнечно-Оливковый Микс». На сегодняшний день компания реализовала более 1,5 млн бутылок по всей Украине. Потребители имели возможность оценить вкус смеси двух различных масел – специально очищенного подсолнечного и оливкового. Научно доказано, что наибольшую пользу человеческому организму приносит сочетание разных растительных жиров. В оливковом масле самое высокое содержание ценных растительных жиров, а в подсолнечном – больше всего витамина Е. Попробуйте готовить с маслом «Стожар Подсолнечно-Оливковый Микс» и почувствуйте новые нотки аромата ваших любимых кушаний. С ним ваши кулинарные шедевры будут иметь и более изысканный вкус, и двойную пользу.

Journal-plaza.net ®

Просто цыпочка

Сухие смеси из овощей и трав определяют гастрономические нотки готового блюда. Приправа для курицы позволяет по-новому посмотреть на ваши фирменные блюда из курятины и приготовить их с разными вкусовыми оттенками.

Куриная приправа «Мівіна Букет»

Приправа с овощами и специями в гранулах. 75 г. 67 ккал/100 г. Идеально подходит для приготовления любых горячих блюд.

Приправа для курицы Knorr

Ароматная приправа с пряностями и чесноком. 30 г. 224 ккал/100 г. Хорошо подходит для жареной курицы.

Куриная приправа «Мрія»

Куриная вкусовая приправа. 50 г. 75,5 ккал/100 г. Подходит для приготовления горячих блюд из мяса, овощей и птицы.

Приправа для курицы «Премія»

Приправа с карри, черным перцем и паприкой. 20 г. 162 ккал/100 г. Для тушения и запекания курятины.

Куриная приправа «Торчин»

Содержит сушеную морковь. 100 г. 90 ккал/100 г. Подходит для первых и вторых блюд.

Приправа для курицы Galeo

Универсальная приправа для блюд из птицы и приготовления соусов. 20 г. 161,93 ккал/100 г.

Приправа для курицы CYKORIA S.A.

Подходит для натирания мяса перед жареньем. 40 г. Калорийность и пищевая ценность не указаны.

Приправа для цыплят «ЭКО»

Приправа с куркумой, имбирем и гвоздикой. 20 г. 60 ккал/100 г. Идеальна для приготовления цыплят табака.

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Journal-plaza.net ®

Экспресс-супчики

Весна на дворе – наконец-то мы ее дождались! И так хочется чего-нибудь быстрого и легкого. Замиксуйте весенние супчики из свежих овощей (молодой капусты и картофеля, моркови, лука-порея, цукини и шпината) – и наслаждайтесь нежным вкусом!

25 минут | 130 ккал | 6 порций

Весенний овощной суп

На 6 порций:

- *1,5 л воды*
- *половина небольшого кочана молодой капусты*
- *1 морковь*
- *1 луковица*
- *2 картофелины*
- *пучок петрушки*
- *пучок молодого шпината*
- *половинка молодого кабачка*
- *соль по вкусу*

1 Очистите овощи. Луковицу измельчите. Картофель и кабачок нарежьте крупными кубиками. Морковь натрите на крупной терке. Капусту нашинкуйте.

2 Положите все овощи в горячую воду, доведите до кипения, убавьте огонь и варите на медленном огне до готовности.

3 Когда овощи будут почти готовы, посолите суп.

4 Петрушку и шпинат помойте, обсушите, измельчите. Положите зелень в готовый суп, перемешайте.

5 В тарелки с супом можно добавить для вкуса по чайной ложке оливкового масла (или сметаны).

123RF

Journal-plaza.net ®

Домашний куриный супчик с сельдереем

На 4 порции:

- *2 куриных окорочка*
- *2 моркови*
- *1 луковица*
- *100 г корня сельдерея*
- *2 ч.л. куриной приправы*
- *1 л воды*
- *200 г картофеля*
- *1/4 ч.л. молотого мускатного ореха*
- *перец по вкусу*

1 Морковь нарежьте кружочками, луковицу измельчите, сельдерей натрите на крупной терке.

2 Куриные окорочка залейте холодной водой и отварите до готовности, после чего выньте из бульона.

3 В конце варки бульон поперчите, добавьте куриную приправу и молотый мускатный орех.

4 С окорочков снимите кожу, отделите мясо от костей. Нарежьте курятину кусочками и положите обратно в бульон.

5 Добавьте нарезанный кубиками картофель, подготовленные овощи и варите суп до готовности на медленном огне 20 минут.

35 минут | 297 ккал | 4 порции

Вкусовые приправы часто содержат много соли, поэтому во время приготовления супа не солите блюдо. Если соли все-таки не хватает, положите немного в самом конце варки.

Journal-plaza.net ®

25 минут | 139 ккал | 4 порции

Знатоки утверждают, что если в итальянском супе минестроне использовано менее 10 разных овощей, то он не совсем настоящий.

Быстрый овощной минестроне

На 4 порции:

- 600 г разных овощей на выбор (желтый или красный перец, лук-порей, репчатый лук, морковь, молодой картофель, черешковый сельдерей, цветная капуста, брокколи, кабачки, зеленая фасоль)
- 2 свежих шампиньона
- 20 г свежего шпината
- веточки петрушки, перья зеленого лука
- 2 ст.л. куриной приправы 1 ст.л. оливкового масла
- 1 л воды
- белый перец по вкусу

1 Овощи очистите, нарежьте крупными кубиками, капусту разделите на соцветия.

2 Влейте в кастрюлю воду, добавьте куриную приправу в гранулах, перемешайте, доведите до кипения. Положите в бульон картофель, через 5 минут – другие овощи, варите до готовности.

3 Оливковое масло разогрейте в сотейнике и обжарьте шампиньоны. Переложите грибы в кастрюлю с овощами, доведите до кипения на среднем огне.

4 Добавьте измельченные листья шпината, петрушку и зеленый лук. Снимите суп с огня, приправьте молотым белым перцем.

Journal-plaza.net ®

Суп-пюре из лука-порея

На 4 порции:

- 300 г лука-порея
- 4 ст.л. растительного масла
- 4 картофелины
- 1 морковь
- 1 л воды
- 1 бульонный кубик
- 200 г сливок

1 Морковь натрите на крупной терке.

2 Лук тщательно помойте, нарежьте полукольцами.

3 Протушите морковь вместе с луком-пореем на растительном масле в сотейнике 5–10 минут.

4 Положите к овощам нарезанный мелкими кубиками картофель, залейте водой, прогрейте и добавьте бульонный кубик.

5 Варите суп 5–10 минут на медленном огне.

6 Достаньте овощи шумовкой, измельчите в блендере до однородной консистенции.

7 Овощную массу переложите в отвар, перемешайте, добавьте сливки, немного прогрейте на медленном огне.

25 минут | 265 ккал | 4 порции

Подавайте суп-пюре горячим с сухариками или гренками из пшеничного хлеба.

123RF

Journal-plaza.net ®

30 минут | 152 ккал | 4 порции

Вкус супа можно сделать более интересным, если вместе с луком обжарить в растительном масле 150 г копченой грудинки.

Томатный суп с кукурузой

На 4 порции:

- 500 мл томатного сока
- 500 мл кипяченой воды
- 1 крупная луковица
- 400 г свежезамороженной лущеной кукурузы
- 2 перчика чили
- щепотка острого красного перца
- 2 ст.л. растительного масла для жарки
- пучок петрушки
- сливки для украшения

1 Луковицу очистите, нарежьте кубиками. Влейте в глубокую суповую кастрюлю растительное масло и обжарьте в нем лук на среднем огне.

2 Кукурузу разморозьте при комнатной температуре, перец чили очистите от семян и нарежьте кусочками.

3 Томатный сок смешайте с водой.

4 Перелейте разбавленный сок в кастрюлю с луком. Положите в суп кукурузу и перец чили, добавьте острый красный перец и варите около 5 минут на медленном огне.

5 Петрушку измельчите. Непосредственно перед подачей к столу украсьте суп петрушкой и сливками.

6 В суп по желанию можно добавить несколько капель лимонного сока.

Journal-plaza.net ®

Суп-пюре с брокколи

На 8 порций:

- *1 большой кочан брокколи (750 г)*
- *1 ст.л. сливочного масла*
- *1 луковица*
- *900 мл куриного бульона*
- *450 мл воды*
- *1/4 ч.л. сушеного тимьяна*
- *щепотка молотого мускатного ореха*
- *125 мл сливок*
- *соль, перец по вкусу*

1 Разделите брокколи на мелкие соцветия. Отрежьте ножки у соцветий и мелко их нарежьте.

2 Очистите луковицу, измельчите. Растопите масло в сотейнике и 5 минут пассеруйте на нем лук. Добавьте соцветия и ножки брокколи, бульон, посолите, поперчите. Положите тимьян и молотый мускатный орех, добавьте воду.

3 Быстро доведите суп до кипения и варите до тех пор, пока ножки брокколи не станут мягкими.

4 Налейте небольшое количество супа с брокколи в блендер. Сделайте пюре. Перемешайте полученное пюре с оставшимся отваром. Добавьте сливки, нагрейте суп на среднем огне, но не кипятите.

Украсьте суп сливками, дольками грецкого ореха и веточкой укропа.

40 минут | 122 ккал | 8 порций

123RF

Невиданная роскошь

«Это блюдо очень сложно приготовить», – посетуете вы. И мы, пожалуй, согласимся: приготовить мясо косули и достать трюфели – это уже подвиг. Но кто вас заставляет готовить точно по рецепту? Важна сама идея сочетания мяса и грибов с орехами и фруктами, которую воплотил Андреас Кролик, шеф-повар отеля Brenner's Park.

Journal-plaza.net ®

Соус из дичи

- около 1 кг костей дичи
- 0,5 кг мясных обрезков
- 120 г лука-шалота
- 40 г моркови
- 40 г черешкового сельдерея
- 60 г лука-порея
- 100 г шампиньонов
- 150 мл красного вина
- 20 мл сока грейпфрута
- 1 ст.л. томатной пасты
- 2 л мясного бульона
- 1 ст.л. желе из смородины
- 8 можжевеловых ягод
- 10 горошин черного перца
- 2 горошины душистого перца
- 2 бутона гвоздики
- 2 лавровых листа
- 2 веточки тимьяна
- 1 зубок чеснока
- топленое масло для жарки
- соль, перец по вкусу

1 Рубленые кости и обрезки мяса равномерно обжарьте в топленом масле при температуре 220–240°С до коричневого цвета.

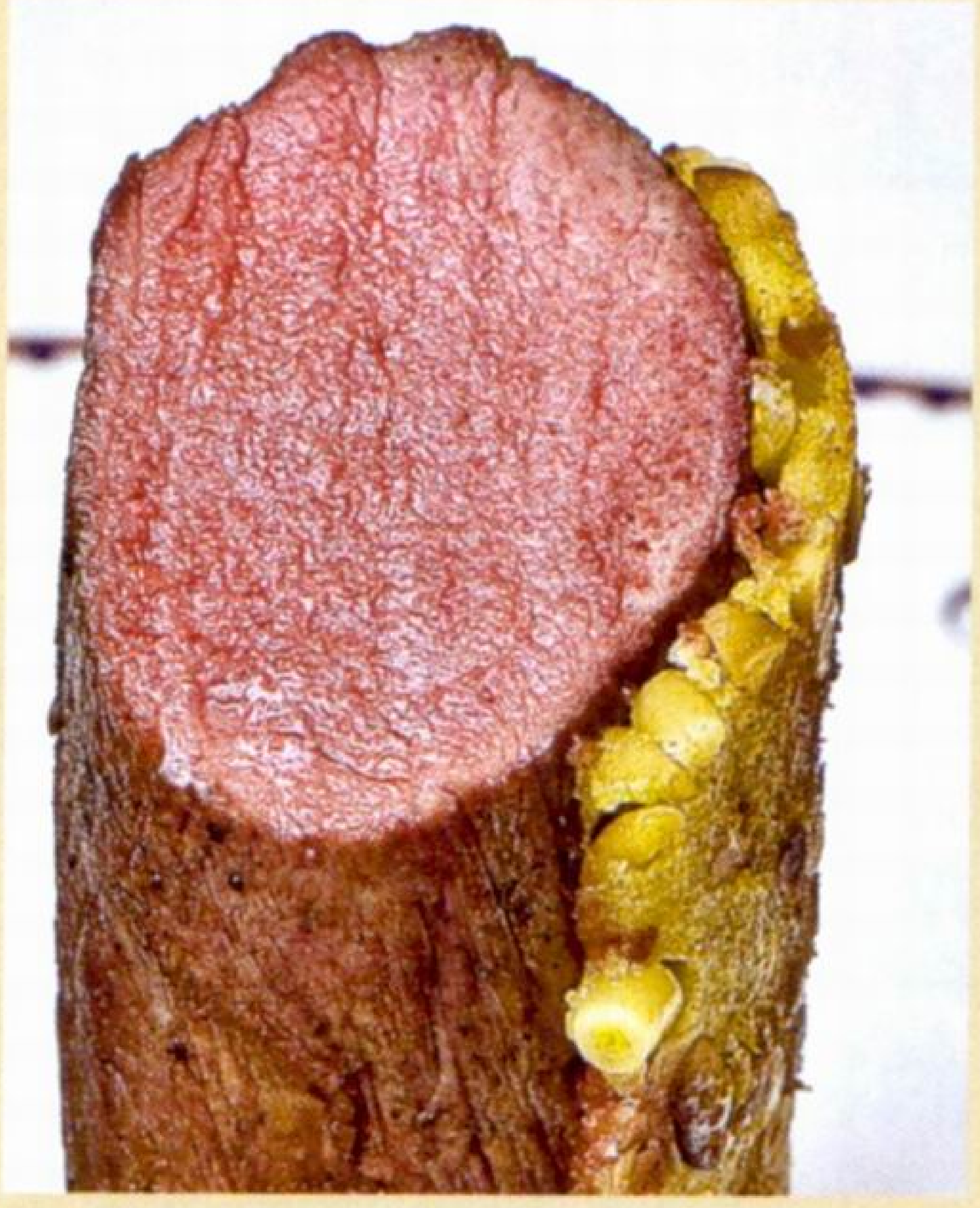
2 Крупно накрошите лук-шалот и лук-порей (по отдельности). Морковь и сельдерей нарежьте крупными кубиками, шампиньоны – ломтиками. Истолките в ступке можжевеловые ягоды, черный и душистый перец, гвоздику.

3 Выступивший жир частично слейте, добавьте лук-шалот, чеснок, морковь, шампиньоны и медленно поджаривайте. Затем добавьте сельдерей, лук-порей, томатную пасту и продолжайте жарить на медленном огне.

4 Добавьте красное вино и ужаривайте, пока жидкость не испарится. Добавьте грейпфрутовый сок и желе из смородины вместе с толчеными специями, залейте бульоном, положите лавровый лист и тимьян и доведите до кипения.

5 Уваривайте соус на медленном огне около 6 часов, периодически снимая всплывший жир и пену. Протрите через мелкое сито, приправьте специями и добавьте немного красного вина для усиления вкуса.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ РЕСТОРАНОМ ОТЕЛЯ BRENNER'S PARK



180 минут | 589 ккал | 4 порции

Медальоны из мяса косули под корочкой из лесного ореха с оливками

На 4 порции:

- 600 г мяса из спинной части косули без кости (рубленые кости и обрезки оставляются для соуса)
- 4 ст.л. холодного пюре из клюквы или брусники

Для корочки из лесного ореха с оливками:

- 120 г сливочного масла
- 2 яичных желтка
- 1 бутон гвоздики
- 1 можжевеловая ягода
- 5 горошин черного перца
- 1 горошина душистого перца
- 1 ч.л. измельченных петрушки и кервеля
- 1 ст.л. измельченного тимьяна и розмарина
- 20 г сушеных оливок
- 75 г рубленого фундука
- 10 г молотого фундука
- 20 г мякиша белого хлеба
- соль морская по вкусу

1 Мясо косули разрежьте на 4 куска по 150 г, посолите, поперчите и обжарьте со всех сторон в топленом масле на сильном огне.

2 Посыпьте измельченным тимьяном и розмарином. Доведите до готовности 6–7 минут в нагретой до 140°С духовке.

3 Мясо выложите из сковороды на решетку и поставьте на 5 минут в теплое место.

4 Для корочки масло взбейте миксером или в блендере до образования пены, при этом постепенно добавьте яичные желтки, щепотку соли.

5 Затем положите растолченные в ступке гвоздику, можжевеловую ягоду, черный и душистый перец, измельченные петрушку, кервель и оливки.

6 Получившуюся смесь выберите из блендера и смешайте с орехами и хлебным мякишем. Заполните смесью прямоугольную форму и поставьте на холод.

7 Корочку из лесного ореха нарежьте на пластинки толщиной 3 мм и положите на куски мяса.

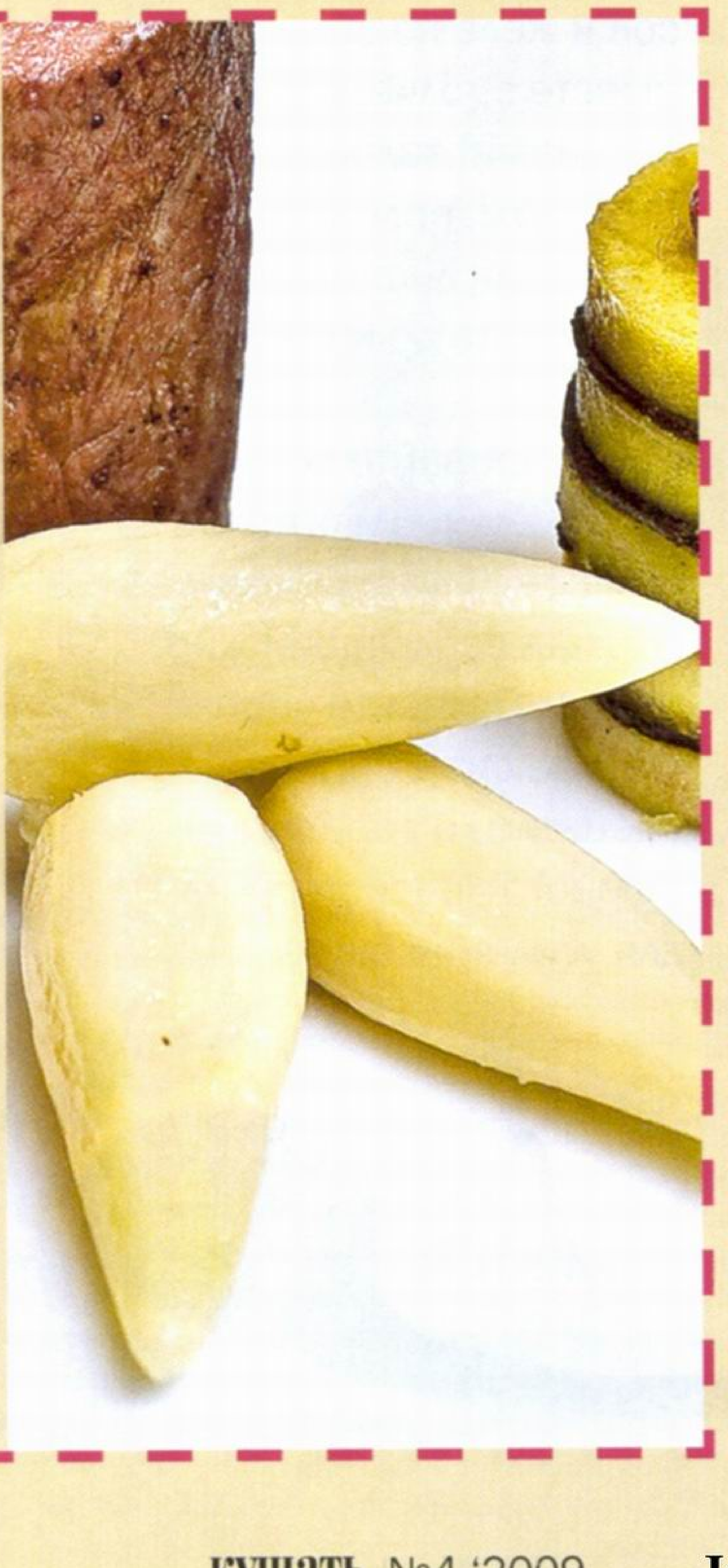
Глазированная брюква

На 4 порции:

- *300 г маленькой брюквы*
- *20 г сливочного масла*
- *соль, сахар и перец по вкусу*

1 Маленькую брюкву очистите от кожуры и отварите до мягкости в слегка подсоленной воде.

2 Слейте воду и глазируйте брюкву свежим растопленным маслом с щепоткой сахара, соли и перца.



30 минут | 202 ккал | 4 порции

Башенка из лесных грибов

На 4 порции:

- *150 г разных лесных грибов*
- *30 г шалота (луковицы)*
- *1 г чеснока*
- *1 ст.л. мадеры*
- *1 ст.л. портвейна*
- *100 мл сливок*
- *4 г нарезанных листиков петрушки*
- *1 ст.л. соуса из дичи*
- *1 ст.л. оливкового масла*
- *20 г сливочного масла для смазывания формочек*

1 Нарезанный кубиками лук медленно поджарьте на оливковом масле до прозрачного состояния. Положите нарезанные грибы и быстро обжарьте на сильном огне.

2 Добавьте чеснок, влейте соус из дичи, мадеру и портвейн, выпарите, влейте сливки и доведите на сильном огне до однородной густой консистенции.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ РЕСТОРАНОМ ОТЕЛЯ BRENNER'S PARK

Journal-plaza.net ®

3 Добавьте соль и перец по вкусу, немного остудите и положите петрушку.

4 Этой массой заполните предварительно смазанные сливочным маслом холодные формочки-кольца (диаметром 5 см).

5 Тонко нарезанные кружочки сырых грибов выложите орнаментом на башенках, смажьте их маслом и поставьте в холодное место.

6 Непосредственно перед подачей накройте башенки фольгой и на 10 минут поставьте в горячий духовой шкаф, выставьте на подогретые тарелки и аккуратно снимите кольца.

25 минут | 109 ккал | 4 порции

Яблочный мильфей с трюфелем

На 4 порции:

- *4 яблока*
- *150 г трюфеля*
- *мускатный орех, сахарная пудра для посыпки*
- *сливочное масло для смазывания*

1 Яблоки очистите и нарежьте ломтиками толщиной 0,5 см. Из них вырежьте специальной формой круги диаметром 3,5 см или 5 см (в зависимости от диаметра колец).

2 Трюфель нашинкуйте тончайшими пластинками и вырежьте круги такого же размера, как и яблоко.

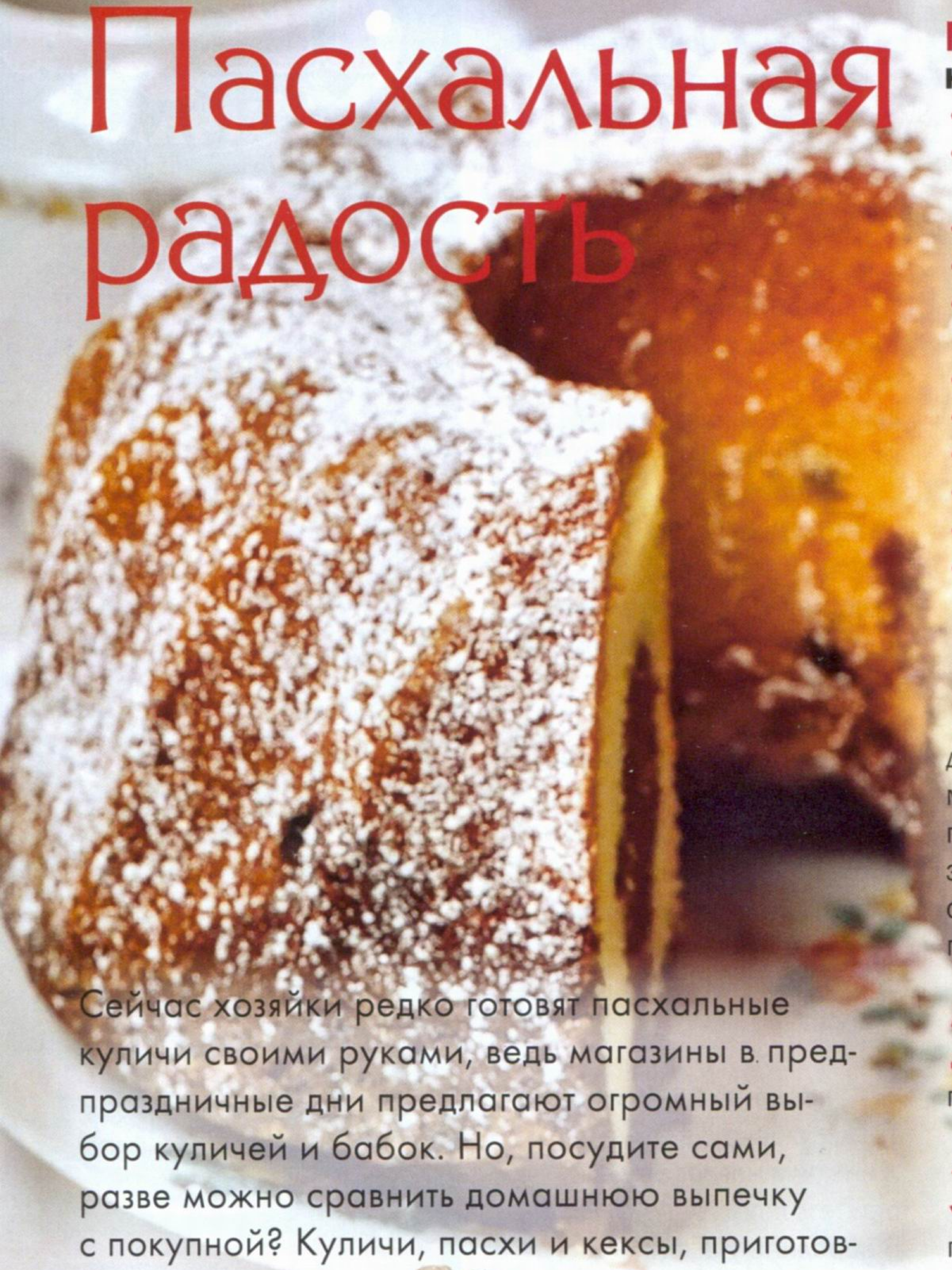
3 Нарезанные кружками яблоки и трюфель переложите 4–5 раз поочередно в смазанные маслом формочки-кольца. Посыпьте мускатным орехом и сахарной пудрой.

4 Запекайте 10–15 минут в духовке с верхним и нижним нагревателем при температуре 240°C. В середине указанного времени переверните, еще раз посыпьте мускатным орехом и сахарной пудрой.

5 Подогрейте пюре из клюквы и брусники. На тарелки выложите по одной башенке из грибов и яблочный мильфей, политый ягодным пюре. Положите по три брюквы. Каждый кусок мяса разрежьте на два. Подлейте соус на тарелки.

Journal-plaza.net ®

Пасхальная радость



Сейчас хозяйки редко готовят пасхальные куличи своими руками, ведь магазины в предпраздничные дни предлагают огромный выбор куличей и бабок. Но, посудите сами, разве можно сравнить домашнюю выпечку с покупной? Куличи, пасхи и кексы, приготовленные по нашим рецептам, станут настоящим украшением пасхального торжества.

Мраморный кекс

На 8 порций:

- *200 г пшеничной муки*
- *200 г сливочного масла или маргарина*
- *200 г сахара*
- *4 яйца*
- *1 ч.л. разрыхлителя для теста*
- *2 ст.л. какао-порошка*
- *1 ч.л. молотой корицы*
- *цедра одного лимона*
- *1 ст.л. сахарной пудры*
- *маргарин для смазывания*
- *панировочные сухари для посыпки*

1 Масло или маргарин взбейте с сахаром до белой пышной массы, добавьте яйца по одному, тертую цедру, затем муку, смешанную с разрыхлителем, хорошо перемешайте.

2 Разделите тесто на 2 части. В одну из них подмешайте какао и корицу.

3 Форму для кекса смажьте маргарином, посыпьте сухарями и выложите по слоям темное и светлое тесто.

4 Выпекайте 25–30 минут при температуре 210 °C, накрыв форму влажным пергаментом, затем снимите бумагу и выпекайте кекс еще 20 минут.

5 Кекс охладите, выложите из формы и при подаче посыпьте сахарной пудрой и цедрой лимона.

FOTO.MILLIONMENU.RU, 123RF

Journal-plaza.net ®

Готовый кулич посыпьте сахарной пудрой, украсьте кусочками цукатов или кондитерской посыпкой.

70 минут | 447 ккал | 10 порций

Царский кулич

На 10 порций:

- 1,2 кг муки
- 1–1,5 пакетика быстродействующих сухих дрожжей «САФ-МОМЕНТ»
- 600 г молока
- 200 г сливочного масла
- 200 г сахара
- 15 ячных желтков
- 10 зерен кардамона
- молотый мускатный орех
- 50 г миндаля
- 100 г цукатов
- 100 г изюма
- молотые сухари
- соль по вкусу

1 Сухие дрожжи смешайте с 800 г муки, добавьте теплое молоко. Помешивая, постепенно введите желтки, предварительно растертые с сахаром, солью и маслом. Добавьте оставшуюся муку, щепотку мускатного ореха и замесите тесто.

2 Истолките кардамон, измельчите миндаль, нарежьте цукаты и промойте изюм. Положите все в тесто и хорошо его вымесите.

3 Поставьте тесто в теплое место на 2 часа. Формы для куличей смажьте маслом, посыпьте сухарями. Поднявшееся тесто снова вымесите и заполните им формы до половины. Дайте тесту подняться, выпекайте куличи в разогретой духовке при температуре 180 °С.

С быстродействующими сухими дрожжами ТМ «САФ-МОМЕНТ» пасхальные куличи, как и любая другая выпечка, получатся мягкими и пышными, с аппетитной румяной корочкой и прекрасным домашним вкусом.

Изюм для кекса обязательно обваляйте в муке – тогда он равномерно распределится в тесте и не опуститься на дно.

Пасхальный кулич

На 12 порций:

- 2,5 кг муки
- 750 мл молока
- 50 г дрожжей
  500 г сахара
- 7 яиц
- 150 г сливочного масла
- 125 г изюма
- соль по вкусу

1 Разведите дрожжи в молоке, добавьте половину муки и поставьте опару в теплое место.

2 Пять яичных желтков разотрите с сахаром и солью. Когда опара подойдет, положите в нее желтки. Взбейте 2 яйца, влейте растопленное масло, всыпьте оставшуюся муку и замесите негустое тесто.

3 Вымесите тесто, положив в него изюм, и оставьте на ночь для брожения. Утром вымесите тесто еще раз и дайте постоять.

4 Уложите тесто в формы для куличей, смазанные маслом, дайте подняться, затем выпекайте до готовности.

5 Остывшие куличи смажьте взбитым яичным белком с сахаром и украсьте цветной посыпкой.

110 минут | 430 ккал | 12 порций

123RF

Journal-plaza.net ®

Пирог «Пасхальное дерево»

180 минут | 290 ккал | 12 порций

На 12 порций:

- 1 кг пшеничной муки
- 60 г дрожжей
- 250 г сахара
- 500 мл молока
- 375 мл масла «Подсолнечно-оливковый Микс» ТМ «Стожар»
- 2 яичных желтка
- 6 целых яичных скорлуп
- 6 крашеных яиц
- 1 ч.л. тертой цедры лимона
- соль по вкусу

1 В теплом молоке разведите дрожжи, добавьте сахар, лимонную цедру, соль и муку. Вымешивая тесто, введите растительное масло, затем поставьте в теплое место на 3 часа для брожения.

2 Вырежьте из бумаги шаблон в виде дерева. Размер кроны – 25 см, а высота дерева – 35 см.

3 Когда тесто поднимется, раскатайте его в пласт толщиной 2,5 см. Вырежьте из теста дерево по шаблону, «нарисуйте» ножом листочки и кору. Выложите дерево из теста на смазанный маслом противень, смажьте тесто сырым желтком, вдавите в дерево пустые скорлупы. Оставьте тесто на полчаса. Выпекайте в духовке 30 минут при 200–250°С.

4 После того как пирог остынет, уберите пустые скорлупы и на их место положите крашеные яйца.

Чтобы пасхальный кулич или пирог был особенно вкусным и долго не черствел, добавляйте в тесто растительное масло – например, «Подсолнечно-оливковый Микс» ТМ «Стожар».

MILLIONMENU.RU

Фруктовая заварная пасха

На 8 порций:

- *800 г творога*
- *400 г консервированного фруктового пюре (абрикосового, малинового, клубничного или земляничного)*
- *400 г сахара*
- *6 яичных желтков*
- *400 г сливочного масла*
- *тертая цедра лимона*

1 Творог положите под пресс. Пюре проварите с сахаром и желтками до загустения. Остудите, соедините с творогом и еще раз проварите.

2 В горячую массу положите нарезанное кусочками масло и цедру, остудите, выложите в форму и поставьте под пресс, охлаждайте 2–3 часа.

Чтобы творог в пасхе был более нежным, обязательно протрите его через мелкое сито.

FOTO.MILLIONMENU.RU

Journal-plaza.net ®

40 минут | 340 ккал | 6 порций

Если у вас нет специальной формы, в которую можно было бы поместить творожную массу, возьмите дуршлаг и застелите его марлей или полотняной салфеткой.

Пасха с облепиховым соком

На 6 порций:

- *500 г творога*
- *150 г сахара*
- *100 г сливочного масла*
- *125 мл облепихового сока*

1 Творог протрите через сито, соедините с сахаром, маслом, соком и взбейте миксером.

2 Взбитую массу заверните в плотную ткань, положите под гнет и выдержите 3–4 часа в холодильнике.

3 Выложите творожную массу в специальную форму. Сверху положите легкий пресс и поставьте в холодильник на 6–8 часов, чтобы отжать сыворотку. При подаче оформите пасху облепихой.

Journal-plaza.net ®

Парадное блюдо

Мясо, приготовленное целым куском, – это не только очень аппетитное кушанье, но и, как любили поговаривать в старину, «парадное» блюдо. Удел мяса – главенствовать на праздничном столе, поэтому готовить его нужно с особым пиететом и, конечно, со знанием дела.

Мясо по-гречески

Рецепт на стр. 28

120 минут | 536 ккал | 6 порций

123RF

Journal-plaza.net ®

110 минут | 522 ккал | 10 порций

Для запекания куском выбирайте свинину, говядину или баранину. В любом случае мясо должно быть свежим и обязательно молодого животного.

Мясо по-домашнему

Рецепт на стр. 28

Journal-plaza.net ®

Свинина, фаршированная яблоками и черносливом

Рецепт на стр. 29

110 минут

570 ккал

4 порции

Для приготовления рулетов из цельного куска мяса идеально подходит вырезка, окорок или лопатка.

Journal-plaza.net ®

140 минут | 500 ккал | 8 порций

Для приготовления мяса целиком нужно брать кусок не меньше 800 г.

123RF

Буженина праздничная

Рецепт на стр. 29

Journal-plaza.net ®

Мясо по-гречески

На 6 порций:

- *1 кг мякоти говядины*
- *2 ст.л. муки*
- *125 мл растительного масла*
- *2 луковицы*
- *4 моркови*
- *1/2 ст.л. сахара*
- *250 мл красного сухого вина*
- *200 г чернослива*
- *1/2 ст.л. молотой корицы*
- *соль, перец по вкусу*

1 Мясо выложите на смазанный небольшим количеством растительного масла противень и запекайте 30 минут (до полуготовности).

2 Нарежьте мясо крупными порционными кусками и обжарьте в масле до образования румяной корочки.

3 Спассеруйте муку до светло-коричневого цвета. Поджарьте на масле измельченные лук и морковь, добавьте муку, посолите, поперчите, добавьте сахар и влейте вино, доведите до кипения.

4 Приготовленным соусом залейте мясо и тушите 10 минут.

5 Добавьте промытый и ошпаренный кипятком чернослив и корицу, тушите до полной готовности.

Мясо по-домашнему

На 10 порций:

- *2 кг свиного окорока*
- *2 луковицы*
- *3 зубка чеснока*
- *3 ст.л. сливочного масла*
- *3–4 горошины черного перца*
- *2 лавровых листа*
- *10 бутонов гвоздики*
- *веточка тимьяна*
- *соль по вкусу*

1 Положите свинину целым куском в эмалированную посуду, добавьте тонко нарезанный лук, лавровый лист и черный перец. Залейте мясо разведенным уксусом и выдержите сутки в холодильнике, периодически переворачивая.

2 Замаринованное мясо выньте из посуды, обсушите салфеткой и сделайте на нем надрезы.

3 Натрите мясо солью, нашпигуйте чесноком и бутонами гвоздики. Положите на сковороду и полейте растопленным маслом и небольшим количеством маринада.

4 Поставьте сковороду с мясом в духовку, разогретую до 160–180°С.

5 Во время жаренья поливайте свинину образующимся соком.

6 Определить готовность мяса можно, проколов его вилкой: если она входит легко и выделяемый сок полностью прозрачный, мясо можно смело вынимать из духовки.

7 Выложите запеченную свинину на подогретое блюдо, аккуратно порежьте на порционные ломтики, украсьте веточкой тимьяна.

8 Отдельно подайте к свинине салат из овощей и любой острый соус.

123RF

Journal-plaza.net ®

Свинина, фаршированная яблоками и черносливом

На 4 порции:

- *600 г филе свинины*
- *1 несладкое яблоко*
- *чернослив без косточек (10 штук)*
- *2 ст.л. сливочного масла*
- *200 мл сливок*
- *измельченная зелень для украшения*
- *соль и перец по вкусу*

1 Чернослив промойте, обдайте кипятком и оставьте на несколь минут для набухания. Воду слейте, чернослив обсушите.

2 Яблоко очистите и нарежьте на небольшие дольки.

3 Филе свинины разрежьте вдоль, слегка поперчите и немного отбейте. Положите на мясо размягченный чернослив и дольки яблока.

4 Подготовленное мясо аккуратно сверните по длине куска в виде рулета и перевяжите ниткой.

5 Получившийся рулет обжарьте на масле, посолите, добавьте несколько столовых ложек воды, залейте сливками и тушите до готовности.

6 Выложите рулет на блюдо, снимите с него нить, нарежьте ломтиками толщиной 1,5–2 см, полейте сливочным соусом, в котором тушилось мясо.

7 Посыпьте свинину измельченной зеленью.

Буженина праздничная

На 8 порций:

- *1 кг нежирной мякоти свинины*
- *2 ст.л. топленого масла*
- *1 луковица*
- *1 л рассола квашеной капусты*
- *600 г квашеной капусты*
- *300 г моченой брусники*
- *1 ст.л. семян тмина*
- *черный перец-горошек по вкусу*
- *3 ст.л. растительного масла*
- *зелень для оформления*

1 Свинину обжарьте на топленом масле до образования румяной корочки с двух сторон.

2 Обжаренную свинину уложите в жаровню вместе с крупно нарезанным луком.

3 Посыпьте мясо тмином, положите перец-горошек, залейте капустным рассолом и тушите на слабом огне до полной готовности.

4 Готовую свинину охладите, не вынимая из рассола.

5 При подаче нарежьте буженину тонкими ломтиками. Оформите зеленью.

6 На гарнир предлагаем подавать квашеную капусту с брусникой. Для этого в капусту положите моченую бруснику и заправьте растительным маслом.

7 Еще один хороший вариант гарнира – слегка отваренные в подсоленной воде молодые стебли спаржи.

Journal-plaza.net ®

50 минут | 398 ккал | 6 порций

Кроме традиционных блинов и привычных канапе с лососевой икрой ТМ «Камчадал» можно приготовить массу вкусных блюд – например, волованы с красной икрой. Эта закуска украсит ваш праздничный стол.

Волованы с красной икрой

На 6 порций:

- 400 г слоеного теста
- 1 баночка лососевой икры ТМ «Камчадал»
- 100 г мягкого сливочного сыра
- 30 г каперсов
- яичный желток для смазывания
- зелень укропа для украшения

1. Слоеное тесто слегка раскатайте до толщины 0,5 см.
2. Специальной выемкой вырежьте лепешки, сверните так, как показано на рисунке, – в форме цветков.
3. Уложите лепешки на лист, смоченный водой. Смажьте поверхность взбитым желтком.
4. Выпекайте волованы 25–30 минут при температуре 250 °С, охладите.
5. Измельчите каперсы, взбейте в блендере с мягким сливочным сыром.
6. Выложите сверху на охлажденные волованы лососевую икру. При подаче полейте закуску сливочной массой, украсьте зеленью укропа.

123RF

Простые рецепты

Часть 3. Блюда из яиц.

Когда готовят из яиц, то используют, как правило, яйца куриные. Но, конечно же, можно поэкспериментировать и с перепелиными, утиными, гусиными и даже страусиными. Блюда из яиц очень разнообразны. Существует множество вариантов их приготовления, и нет границ человеческой фантазии. Из яиц можно приготовить не только питательный завтрак и быстрый перекус, но и сытные первые и вторые блюда, легкие соусы и нежные десерты. В этой подборке мы покажем вам, как блюда из яиц могут менять свой облик.

Яичные рогалики по-летнему

500 г цукини, 5 яйц, 100 г пшеничной муки грубого помола, 1 кг мясистых помидоров, 150 г плавленого сыра, 2 пучка базилика, 100 г оливкового масла, 3 ст.л. тертого сыра пармезана, 2 зубка чеснока, соль и перец по вкусу.

Цукини помойте, обрежьте концы, нашинкуйте на полоски. Белки отделите от желтков. Белки взбейте в крепкую пену, смешайте с желтками, осторожно добавьте 100 г пшеничной муки грубого помола, поперчите и посолите. Перемешайте с полосками цукини, разложите тесто на промасленной пергаментной бумаге на противне и поставьте в духовку, выпекайте 25 минут при температуре 200°С. Коржи сразу же с противня положите на влажное полотенце, сверните в трубочки. Помидоры положите в кипящую воду (не варить), быстро остудите холодной водой, снимите кожицу, удалите зерна. Сок и зерна помидоров пропустите через сито, отложите для соуса, мякоть порежьте. Плавленый сыр натрите на крупной терке. Коржи разверните, уложите мякоть помидоров и сыр, снова сверните в трубочки. Опять поставьте на противне в духовку, запекайте 20 минут при температуре 180°С. Порежьте рулетики на кусочки. Базилик промойте, обсушите, оборвите листья, смешайте их с оливковым маслом, тертым пармезаном, измельченным чесноком, приправьте солью и перцем. Перемешайте с приготовленным томатным соком и полейте рогалики.

Шпинатный суп с яйцом

1 большая луковица, 2 ст.л. сливочного масла, 300 г шпината (можно замороженного), 750 мл мясного бульона, 3 ст.л. сметаны, 5 ст.л. тертого пармезана, 4 яичных желтка, молотый мускатный орех, перец, соль по вкусу.

Луковицу очистите, нарежьте кубиками. Растопите сливочное масло, протушите на нем лук, добавьте шпинат, долейте бульон и тушите около 30 минут. Сметану и сыр перемешайте с солью, перцем и мускатным орехом, добавьте смесь в суп. Шпинатный суп разлейте в четыре подогретые суповые чашки. Четыре желтка разложите по чашкам и сразу же подавайте на стол.

Деревенский завтрак

750 г некрупного картофеля, 4 луковицы, 200 г сала, 30 г сливочного масла, 3 яйца, 3 ст.л. молока, 2 ст.л. мелко нарезанного шнитт-лука, соль, перец, паприка, молотый мускатный орех по вкусу.

Картофель помойте, залейте водой, доведите до кипения и варите 20 минут. Горячий картофель очистите, охладите, порежьте кружками. Лук очистите и порежьте. Сало порежьте кубиками. 75 г сала растопите, добавьте сливочное масло, протушите в нем лук и обжарьте картофель. Яйца взбейте с молоком, посолите, поперчите, добавьте паприку и молотый мускатный орех. Оставшееся сало смешайте со шнитт-луком и добавьте к яйцам. Полейте этой смесью картофель. Обжарьте массу с двух сторон.

Journal-plaza.net ®

Индонезийский омлет

1 большая луковица, 2 стебля кустового сельдерея, 2 стручка красного перца, 100 г сливочного масла, 8 яиц, половинка огурца, соль по вкусу.

Луковицу очистите и мелко порежьте. Стебли сельдерея помойте, очистите от жестких волокон. Стебли мелко порежьте. Перец помойте, удалите зерна. Стручки мелко порежьте. Половину масла растопите, протушите все ингредиенты на слабом огне, немного охладите. Яйца взбейте, перемешайте с овощами, посолите. Растопите оставшееся масло в сковороде, выдержите в нем яичную массу на слабом огне. Сразу же накройте омлет крышкой. Готовый омлет разложите по тарелкам. Огурец очистите, порежьте кружочками и обложите омлет веночком.

Салат из шпината и помидоров

500 г шпината, 5 помидоров, 2 сваренных вкрутую яйца, сок половины лимона, 50 г сливок, соль, черный молотый перец по вкусу.

Промойте и мелко нарежьте шпинат, помидоры нарежьте дольками. Переложите в салатник, добавьте яйца, нарезанные ломтиками, залейте соусом, приготовленным из сливок и сока лимона, посолите и поперчите. Подавайте в охлажденном виде.

Салат из цветной капусты с яйцом и зеленым луком

400 г цветной капусты, 1 ст.л. растительного масла, 1 яйцо, 1 ст.л. уксуса, 25 г зеленого лука, соль и перец по вкусу.

Цветную капусту разберите на мелкие кочешки, промойте в холодной воде, выложите в кастрюлю, залейте подсоленной водой и варите 20–30 минут. Откиньте на дуршлаг, охладите. Залейте капусту растительным маслом, добавьте уксус, соль и перец, посыпьте измельченным вареным яйцом и зеленым луком.

Салат из картофеля и зеленого горошка

500 г картофеля, 3 яйца, 50 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 40 г заливки от зеленого горошка, зеленый лук.

Сваренный в мундире картофель очистите, нарежьте кубиками, вареные яйца мелко порубите. Все перемешайте, добавьте зеленый горошек. Майонез тщательно смешайте с заливкой от зеленого горошка. Этой смесью заправьте салат. Украсьте дольками яйца и зеленым луком.

Салат по-турецки

300 г картофеля, 2 яйца, 150 г грецких орехов, 50 г изюма без косточек, 125 г сметанного соуса, 20 г зелени петрушки или укропа, молотый черный перец и соль по вкусу.

Картофель отварите в кожуре, остудите, очистите и нарежьте тонкими кружочками, которые потом разрежьте пополам. Нарежьте яйца, сваренные вкрутую. Выложите слоями картофель и яйца, пересыпая каждый слой солью и перцем. Сверху выложите предварительно распаренный и подсушенный изюм, слегка обжаренные и измельченные орехи, полейте соусом.

Journal-plaza.net ®

Яйца в формочках

80 г сырого куриного окорока, 1 маленькая луковица, 1 ст.л. растительного масла, 50 г свежих шампиньонов, 4 яйца, 1 ст.л. порезанной смеси зелени (петрушка, укроп, кинза), сливочное масло для смазывания, соль, молотый белый и черный перец по вкусу.

Окорок порежьте на мелкие кубики или полосочки. Луковицу очистите и измельчите. Подогрейте на сковороде растительное масло, протушите в нем лук, добавьте кусочки окорока, протушите вместе. Шампиньоны очистите, крупно порежьте, добавьте к мясу с луком и протушите еще около 5 минут, пока не испарится вся жидкость. Приправьте солью, белым и черным перцем по вкусу. Смажьте сливочным маслом четыре огнеупорные формочки, разложите в них смесь куриного окорока с грибами. Взбейте яйца, добавьте измельченную зелень. Залейте массу в формочки, накройте алюминиевой фольгой, поставьте с кастрюлю с кипящей водой и варите около 30 минут. Рекомендуем смазать готовое блюдо в формочках сливочным маслом.

Яйца в томатных гнездышках

4 больших спелых мясистых помидора, 4 яйца, пучок базилика, 2 ч.л. бальзамического уксуса, 1 ст.л. оливкового масла, соль и перец по вкусу.

Помидоры помойте, обсушите, срежьте верхушку, выньте внутреннюю часть, приправьте солью и перцем. Из мякоти помидоров и срезанной верхней части сделайте пюре, протрите через сито, поставьте в холодное место. Промойте и обсушите базилик, оборвите листья, положите по одному листку в каждый полый помидор, оставшиеся листья порежьте на мелкие кусочки. Бальзамический уксус и оливковое масло добавьте в пюре из помидоров, приправьте солью и перцем. Полые помидоры поместите в смазанную маслом огнеупорную форму. Яйца влейте в помидоры, поставьте в разогретую духовку, выпекайте 20 минут при температуре 180 °С. Подавайте с пюре из помидоров.

Яичные пирожные с яблоками

1 кг сладких яблок, 250 г пшеничной муки, 4 яйца, 125 мл минеральной воды, 375 мл молока, 25 г сахара, корица, масло для обжаривания, соль и перец по вкусу.

Яблоки очистите, нарежьте на четвертинки, удалите зерна, порежьте на тонкие дольки. Муку просейте в блюдо, сделайте в середине углубление. Взбейте яйца с молоком и минеральной водой, посолите и поперчите. Налейте немного яично-молочной смеси в углубление, начиная с середины, смешайте с мукой, следите, чтобы не было комочков. Растительное или сливочное масло подогрейте на сковороде, положите часть яблок, обжарьте, затем выложите тонкий слой теста. Яичные пирожные обжарьте с обеих сторон на медленном огне. Посыпьте сахаром и корицей. Сразу же подавайте на стол.

 Journal-plaza.net ®

Колбасный рай

Не представляете пасхального стола без колечка домашней колбаски, а покупная все больше напоминает ватно-соевый концентрат в целлофане? Тогда сделайте колбасу действительно домашней – приготовьте ее сами! Своим фирменным рецептом делится шеф-повар нового ресторана украинской кухни «Панська втіха» Олег Ульянченко.

85 минут | 614 ккал | 6 порций

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Journal-plaza.net ®

«Одарчина ковбаска»

На 6 порций (1 кг):

- 600 г свинины
- 400 г телятины
- 200 г шпика
- 50 г горчицы
- 40 г соли
- 30 г чеснока
- 3 г молотого черного перца
- 5 г измельченного лаврового листа
- 200 г репчатого лука
- 4 ст.л. растительного масла
- кишки для наполнения колбас
- листья салата, помидоры черри, перья зеленого лука для украшения

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Journal-plaza.net ®

1 Мякоть свинины и шпик нарежьте кубиками, телятину – небольшими кусочками. Смешайте шпик, свинину и телятину.

2 Чеснок очистите, нарежьте небольшими кусочками, истолките в ступке с добавлением небольшого количества воды и соли. Положите чесночную массу к мясу.

3 Мясо посолите, поперчите, добавьте горчицу и измельченный лавровый лист. Все перемешайте.

4 Кишки (можно купить на рынке) очистите от пленок и загрязнений, тщательно промойте. Начините кишку мясной начинкой с помощью специальной насадки на кухонном комбайне или на мясорубке. Сверните полученные колбаски в небольшие кольца (по 500–600 г). Крепко свяжите концы колбасных колечек кулинарной нитью.

5 В форму для запекания влейте растительное масло, выложите колбаски. Выпекайте в духовке 50 минут при температуре 185 °С. При подаче разрежьте колбасу на кусочки, уложите на листья салата. Украсьте блюдо черри, кольцами репчатого лука, жареного на масле, и перьями зеленого лука.

20 минут | 164 ккал | 4 порции

Кутеж с яйцами

Накрасили слишком много яиц для пасхального стола, и они почему-то не съедаются домочадцами в обычном вареном виде? Выход есть: нафаршируйте! К тому же фаршированные яйца – блюдо, которое прекрасно подойдет и для праздничного стола, и для шумных посиделок на пикнике.

Яйца, фаршированные креветками и семгой

На 4 порции:

- *4 яйца*
- *200 г свежемороженых креветок*
- *50 г семги холодного копчения*
- *1 ст.л. сливочного масла*
- *несколько оливок и листья базилика для украшения*
- *зеленый лук*
- *соль по вкусу*

1 Яйца, отваренные вкрутую, очистите, разрежьте вдоль пополам, выньте желтки.

2 Отварите креветки, нарежьте мясо маленькими кусочками.

3 Желтки перемешайте со сливочным маслом, посолите, добавьте креветочное мясо.

4 Готовой массой нафаршируйте яйца. Украсьте кусочками оливок и ломтиками семги. Посыпьте измельченным зеленым луком и выложите на листья базилика.

Journal-plaza.net ®

Яйцо массой 60 г (среднего размера) содержит примерно 88 калорий.

20 минут · 152 ккал · 8 порций

Яйца, фаршированные печенью трески

На 8 порций:

- *8 яиц*
- *250 г печени трески*
- *по 8 черных и зеленых оливок*
- *майонез по вкусу*
- *перья зеленого лука для украшения*

1 Отваренные яйца очистите от скорлупы, разрежьте вдоль пополам.

2 Аккуратно отделите белки от желтков. Желтки разомните и смешайте с печенью и маслом из печени трески. Добавьте немного майонеза.

3 Наполните белки полученной смесью. Украсьте перьями лука.

4 Оливки разрежьте вдоль напополам. Положите на каждую половинку яйца по кусочку черной и зеленой оливки.

123RF

Journal-plaza.net ®

20 минут 139 ккал 4 порции

Яйца, фаршированные муссом из сельди

На 4 порции:

- *4 яйца «Молодильные» ТМ «Ясенсвіт»*
- *200 г филе слабосоленой норвежской сельди*
- *50 г сливочного масла*
- *15 г готовой горчицы*
- *зелень укропа и лука*

1 Сварите яйца вкрутую и разрежьте вдоль на половинки, желтки выньте.

2 Филе сельди и три желтка пропустите через мясорубку, затем протрите через сито.

3 Добавьте размягченное сливочное масло, горчицу и взбейте.

4 Полученной массой нафаршируйте яйца, посыпьте оставшимся тертым желтком и измельченной зеленью укропа и лука.

Проверить, какое яйцо вы купили – свежее или не очень, – просто. Наполните стакан водой на три четверти и осторожно положите яйцо в воду. Свежее яйцо, которое было снесено не больше чем 3 дня назад, опустится на дно стакана.

Для окрашивания яиц, приготовления закусок и салатов рекомендуем экологически чистые куриные яйца «Молодильные» от несушек, которых кормят цельным зерном.

ЯСЕНСВІТ

123RF

Journal-plaza.net ®

Интересно, что яйца с коричневой и белой скорлупой имеют одинаковую пищевую ценность.

Яйца с начинкой из икры и сардин

На 8 порций:

- *8 яиц*
- *4 ст.л. лососевой или осетровой икры*
- *150 г консервированных сардин в масле*
- *1 ч.л. готовой горчицы*
- *1 ст.л. мелкорубленого лука*
- *1 ст.л. тертого лука*
- *1 ст.л. зелени петрушки*
- *свежая зелень для украшения*

1 Отваренные вкрутую и охлажденные яйца очистите от скорлупы.

2 Разрежьте яйца вдоль пополам фигурным ножом, выньте желтки, протрите их через сито.

3 Для начинки из сардин разотрите консервированную рыбу вместе с маслом с тертым луком и горчицей.

4 Для начинки из икры перемешайте ее с рубленым луком и петрушкой.

5 Половину массы из перетертых желтков смешайте с начинкой из сардин, половину – с икрой.

6 Наполните половинки яиц приготовленной начинкой и оформите зеленью.

MILLIONMENU.RU

Эликсир жизни

Диетологи утверждают, что, съедая каждый день хотя бы один капустный лист или несколько столовых ложек квашеной капусты, можно значительно продлить свою жизнь. Между прочим, в квашеном виде капуста по целебным свойствам в несколько раз превосходит свежую.

Айнтопф с капустой

На 4 порции:

- *425 г квашеной капусты*
- *2 репчатых луковицы*
- *1 ст.л. топленого масла*
- *2 ст.л. томатной пасты*
- *1 ч.л. тмина*
- *1 ст.л. молотого красного перца*
- *1,3 л мясного бульона*
- *400 г мякоти свинины*
- *500 г картофеля*
- *150 г нежирных сливок*
- *пучок шнитт-лука*
- *соль, черный перец по вкусу*

1 Луковицы нарежьте, протушите в масле до прозрачности, положите томатную пасту, добавьте тмин и красный перец. Залейте мясным бульоном. Добавьте нарезанное кубиками мясо и тушите под крышкой 20 минут.

2 Картофель очистите, нарежьте крупными кубиками. Положите в суп, посолите, варите 20 минут. Добавьте квашеную капусту, поперчите, варите до готовности.

3 Шнитт-лук нарежьте колечками, перемешайте со взбитыми сливками. Подавайте для заправки супа отдельно в соуснике.

Айнтопф – блюдо немецкой кухни (название переводится как «все в одном горшке»). Айнтопф заменит обед из двух блюд – и суп, и мясную закуску.

65 минут | 285 ккал | 4 порции

Journal-plaza.net ®

Квашеная капуста из котелка

На 4 порции:

- *425 г квашеной капусты*
- *25 г свежего имбиря*
- *2 зубка чеснока*
- *1 ч.л. пасты Sambal oelek (перетертая смесь стручкового красного перца и сладкого болгарского перца)*
- *3–4 ст.л. соевого соуса*
- *350 г телятины*
- *200 г лука-порея*
- *350 г моркови*
- *2 ст.л. оливкового масла*
- *100 мл овощного отвара*
- *свежие листья кинзы для украшения*

1 Квашеную капусту откиньте на дуршлаг, промойте, дайте стечь. Мясо порежьте на кусочки. Чеснок и корень имбиря измельчите. Смешайте Sambal oelek с 2 ст.л. соевого соуса, 4 ст.л. квашеной капусты, чесноком и имбирем.

2 Натрите этой смесью мясо и маринуйте 30 минут, время от времени перемешивайте. Затем откиньте мясо на дуршлаг, маринад процедите.

3 Лук-порей порубите. Морковь нарежьте крупными кружочками. Подогрейте в котелке 1 ст.л. оливкового масла, жарьте 5 минут морковь и лук, затем переложите их в другую посуду.

4 Влейте оставшееся масло и поджарьте мясо, положите капусту, лук и морковь, перемешайте. Добавьте овощной отвар и маринад и тушите до полной готовности.

5 Заправьте капусту соевым соусом. При подаче украсьте блюдо листьями кинзы.

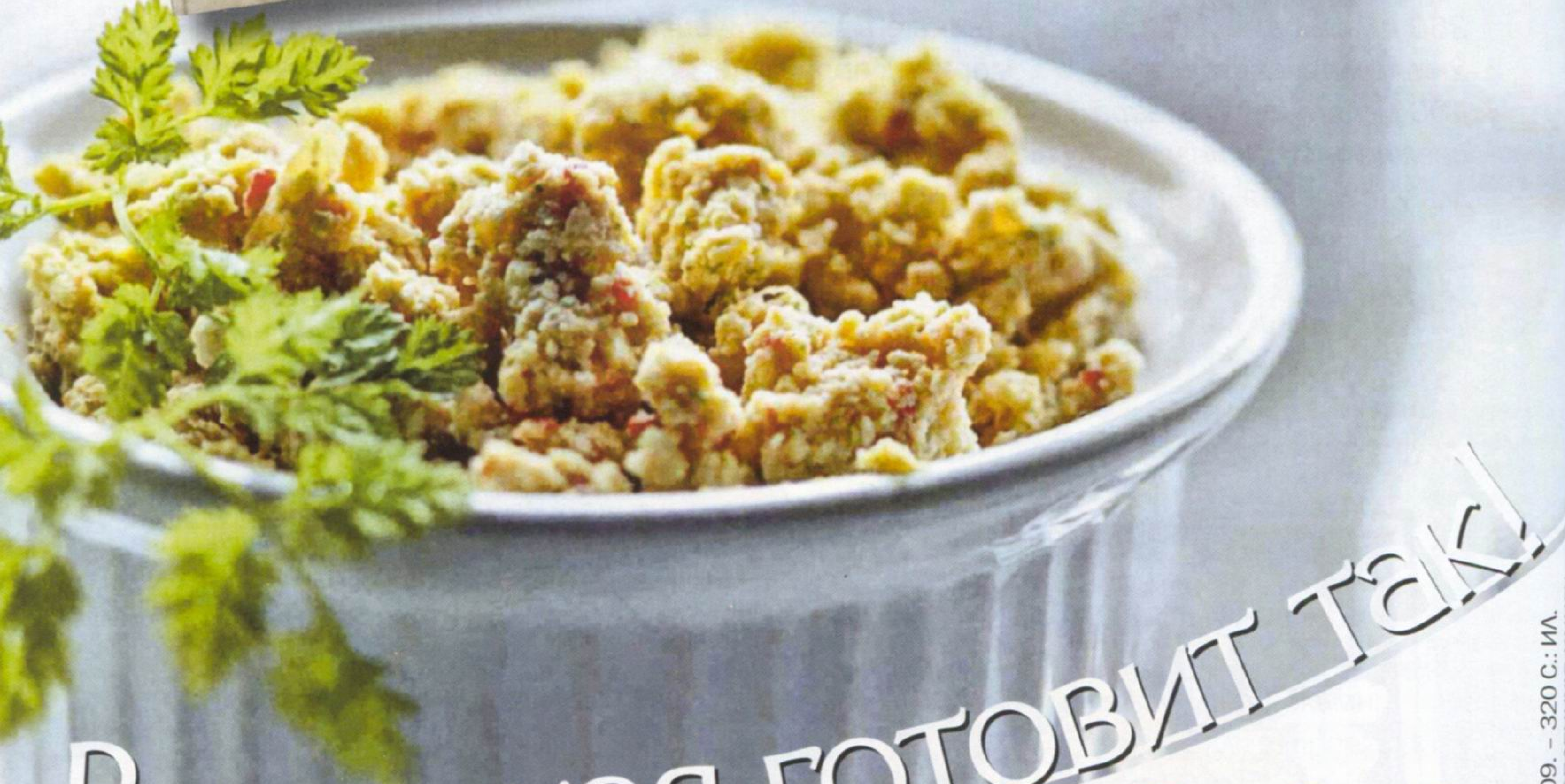
Морковь попробуйте заменить кислой или кисло-сладкой курагой. Можно поэкспериментировать с черносливом, но он в этом кушанье будет менее выигрышным.

45 минут | 202 ккал | 4 порции

BANDEROB, PICTUREPRESS

Journal-plaza.net ®

Новая книга Юлии Высоцкой посвящена здоровому питанию и здоровому образу жизни. «Сидеть на диетах, не разрешать себе получать удовольствия от еды – глупо, – считает Юлия. – Здесь важно чувство меры: есть можно все, но по чуть-чуть».
В книге «Ем, бегу, живу!» актриса делится с читателями своим опытом поддержания хорошей физической формы и предлагает рецепты вкусных и полезных блюд.



Высоцкая готовит так!

25 минут | 190 ккал | 2 порции

Сырная паста со сладким перцем

На 2 порции:

- *2 сладких перца*
- *250 г адыгейского или домашнего сыра*
- *1 ст.л. листиков кинзы*
- *1 ст.л. лимонного сока*
- *щепотка измельченного перца чили*

1 Сладкий перец целиком запеките в духовке до черноты.

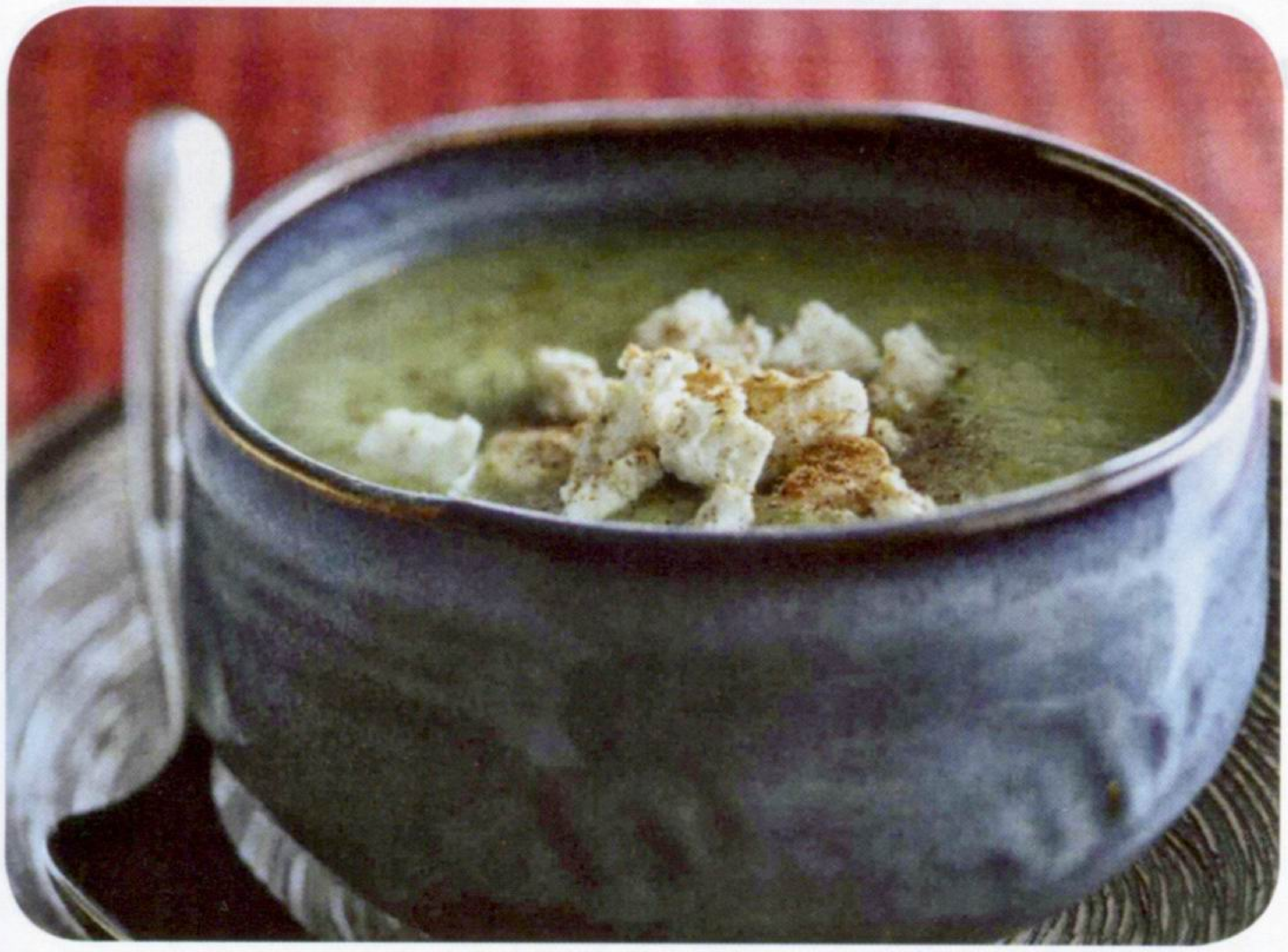
2 Положите перцы в целлофановый пакет, чтобы они «вспотели», снимите кожицу, выньте сердцевину и порежьте на маленькие кусочки.

3 Листья кинзы мелко порубите.

4 Выложите перец в небольшую салатницу, добавьте сыр, кинзу, лимонный сок и перец чили по вкусу. Все тщательно перемешайте или взбейте в блендере.

ЕМ, БЕГУ, ЖИВУ!/ЮЛИЯ ВЫСОЦКАЯ. – М.: ЭКСМО, 2009. – 320 С.: ИЛ.

Journal-plaza.net ®



85 минут | 178 ккал | 2 порции

Огуречный крем-суп с фетой

55 минут | 325 ккал | 4 порции

Банановый хлеб

40 минут | 238 ккал | 3 порции

Шарики из кефира с укропом

Рецепты на обороте

БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Огуречный крем-суп с фетой

На 2 порции:

- *4 огурца*
- *1 авокадо*
- *сок 1 лимона*
- *50 г феты*
- *щепотка молотого мускатного ореха*
- *морская соль, белый перец по вкусу*

1 Огурцы очистите, порежьте толстыми кружочками. Залейте в кастрюле водой и поставьте на огонь. Доведите до кипения и варите 15 минут. Выньте огурцы, охладите.

2 Авокадо очистите, удалите косточку и нарежьте мякоть кубиками.

3 Взбейте огурцы и авокадо вместе с соком лимона в блендере, посолите и поперчите по вкусу. Поставьте в холодильник на 1 час.

4 Разлейте суп по тарелкам, положите раскрошенную фету, посыпьте мускатным орехом.

Банановый хлеб

На 4 порции:

- *2 больших банана*
- *1 яйцо*
- *250 г пшеничной муки с солодовым зерном*
- *100 мл холодной воды*
- *1 ст.л. разрыхлителя*
- *1/2 ч.л. молотого мускатного ореха*
- *50 г изюма*
- *40 г грецких орехов*
- *растительное масло*

1 Взбейте в блендере яйцо и бананы вместе с холодной водой, чтобы получилось жидкое тесто.

2 Смешайте в миске муку, разрыхлитель, мускатный орех, изюм и орехи, постепенно добавьте в тесто, хорошо вымешайте.

3 Застелите глубокую узкую форму бумагой для выпечки, смажьте маслом.

4 Духовку предварительно разогрейте до 180 °С. Выложите в форму тесто и выпекайте 35–40 минут в духовке при температуре 180 °С, пока оно не поднимется и не станет твердым на ощупь.

5 Дайте хлебу немного остыть, пока он в форме, затем аккуратно выньте и остудите, так чтобы его можно было нарезать.

Шарики из кефира с укропом

На 3 порции:

- *500 г пшеничной муки с отрубями*
- *20 г свежего укропа*
- *1½ ч.л. соды*
- *250 мл кефира*
- *150 мл обезжиренного молока*

1 Укроп мелко порубите и смешайте в большой миске с мукой и содой.

2 Сделайте углубление в муке, влейте кефир и половину молока. Вымешивайте до получения однородной, но не плотной массы, добавляя оставшееся молоко, затем положите на посыпанную мукой поверхность и скатайте шар.

3 Порежьте тесто на 18 равных частей и придайте им форму шариков. Выложите на посыпанный мукой противень и выпекайте 20 минут в разогретой духовке при температуре 230 °С, пока они не поднимутся и не станут хрустящими. Остудите.

4 Хранить в герметичном контейнере.

ЕМ, БЕГУ, ЖИВУ!/ЮЛИЯ ВЫСОЦКАЯ. – М.: ЭКСМО, 2009. – 320 С.: ИЛ.

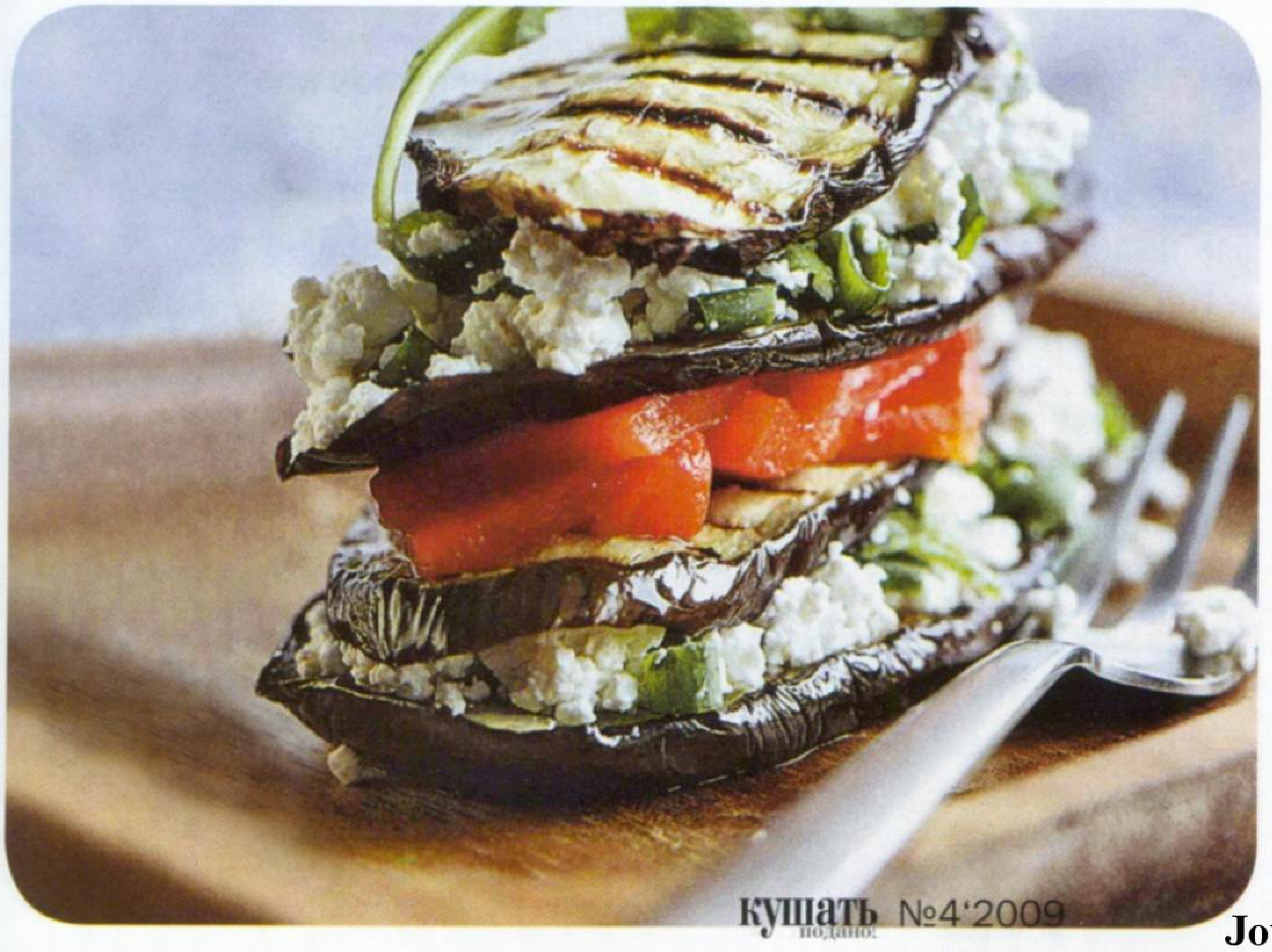
Journal-plaza.net ®

45 минут | 219 ккал | 3 порции

Сладкие перчики

40 минут | 420 ккал | 4 порции

Семга по-провансальски



40 минут | 258 ккал | 3 порции

«Наполеон» из овощей-гриль и творога

Рецепты на обороте

БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net ®

Сладкие перчики

На 3 порции:

- *6 длинных сладких перчиков*
- *4–5 спелых помидоров*
- *пучок базилика*
- *6 веточек тимьяна*
- *6 зубочков чеснока*
- *6 ст.л. оливкового масла первого холодного отжима*
- *морская соль, черный перец по вкусу*

1 Помидоры порежьте на очень тоненькие ломтики, добавьте листики базилика и тимьяна, порезанный тонкими пластинками чеснок и все аккуратно перемешайте.

2 Сделайте Т-образный надрез по длине каждого перца, через этот надрез удалите семена и аккуратно начините каждый перчик помидорами с приправами и чесноком.

3 Разложите перчики на противне, полейте оливковым маслом, посолите и поперчите. Запекайте в духовке около 20–25 минут – кожица должна зарумяниться, но не почернеть. Выньте из духовки и охладите. Подавайте сразу.

Семга по-провансальски

На 4 порции:

- *4 стейка семги по 120 г*
- *3 крупных помидора*
- *3 лука-шалота*
- *по 1 ст.л. рубленого зеленого лука, базилика, тархуна, петрушки*
- *сок половины лимона*
- *1 ст.л. бальзамического уксуса*
- *1 ч.л. оливкового масла*
- *1 ч.л. льняного масла*
- *щепотка морской соли*

1 Помидоры очистите, мелко порежьте, избавьте от сока и семян.

2 Смешайте помидоры с нарубленным луком-шалотом и зеленью, добавьте сок лимона, уксус и льняное масло. Все перемешайте и отставьте.

3 Семгу чуть присолите, сбрызните оливковым маслом, оберните фольгой и запекайте в разогретой духовке 10 минут при температуре 150 °С.

4 Фольгу раскройте и поставьте рыбу на 10 минут под горячий гриль, чтобы она зазолотилась.

5 Готовую семгу промокните бумажным полотенцем, чтобы убрать лишний жир, и подавайте с салатом из помидоров.

«Наполеон» из овощей-гриль и творога

На 3 порции:

- *6 ломтиков баклажана*
- *1 сладкий красный перец*
- *200 г сухого творога*
- *2 ст.л. мелкорубленого зеленого лука*
- *2 ст.л. измельченного базилика*
- *морская соль, перец по вкусу*

1 Запеките сладкий перец на гриле до черноты и поместите в целлофановый пакет. Когда он остынет, выньте из пакета, снимите кожицу, разрежьте перец пополам и выньте семена. Мякоть порежьте на полоски.

2 Смешайте творог с зеленым луком и базиликом. Поперчите и посолите.

3 Тонкие ломтики баклажанов поджарьте на гриле, а затем разрежьте поперек на две части.

4 Уложите «Наполеон» слоями, чередуя баклажаны, творог и перец так, чтобы последним слоем снова оказались баклажаны.

5 Подавайте творожно-овощной «Наполеон» охлажденным.

ЕМ, БЕГУ, ЖИВУ!/ЮЛИЯ ВЫСОЦКАЯ. – М.: ЭКСМО, 2009. – 320 С.: ИЛ.
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net ®

35 минут | 300 ккал | 2 порции

Овсяное печенье

55 минут | 202 ккал | 6 порций

Тыквенное суфле

60 минут | 315 ккал | 5 порций

Печенье «Малютка» из семечек

Рецепты на обороте

БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Овсяное печенье

На 2 порции:

- 90 г неизмельченных овсяных хлопьев (можно гречневых или ржаных)
- 75 г светлого неочищенного тростникового сахара (масковадо)
- 2 ст.л. муки грубого помола
- 2 белка
- 2 ст.л. растопленного сливочного масла

1 Все ингредиенты хорошенько смешайте, выложите ложкой 12 печений на смазанную маслом бумагу для выпечки. Расстояние между печеньями должно быть 3–4 см.

2 Вилкой расплющите печенья так, чтобы их толщина оказалась не больше 5 мм.

3 Выложите печенье на противень и выпекайте в предварительно разогретой до 190°С духовке 15–20 минут до золотистого цвета. Остудите прямо на противне.

4 Храните охлажденное печенье в плотно закрывающемся контейнере.

Тыквенное суфле

На 6 порций:

- 400 г мякоти тыквы
- 1 яйцо
- 150 мл обезжиренного молока
- цедра и сок одного апельсина
- 1 ч.л. молотой корицы
- 1/2 ч.л. молотого имбиря
- щепотка молотой гвоздики
- 2 ст.л. жидкого меда
- 1 ч.л. сахарной пудры

1 Тыкву нарежьте крупными кусочками. Отделите белок от желтка.

2 Смешайте в блендере тыкву, яичный желток, апельсиновую цедру и сок, молоко, мед и специи до состояния пюре.

3 Взбейте белок в крепкую пену, затем аккуратно введите его в полученную массу.

4 Разложите суфле в 6 формочек (примерно по 175 мл) и поместите их в сотейник, наполовину заполненный водой.

5 Выпекайте 20–25 минут в предварительно разогретой духовке при 180°С, пока суфле слегка не осядет и не пропечется. Подавайте теплым, посыпав сахарной пудрой.

Печенье «Малютка» из семечек

На 5 порций:

- 2 ст.л. тыквенных семечек
- 1 ст.л. семян подсолнечника
- 1 ст.л. льняного семени
- 1 ст.л. кунжутного семени
- 200 г пшеничной муки
- 1/2 ч.л. сухих дрожжей
- 2 ст.л. тертого пармезана
- 150 мл теплой воды
- растительное масло

1 Смешайте все семена. Половину смеси семян, муку, дрожжи и воду замесите в тесто, а затем тонко раскатайте между двумя листами бумаги для выпечки. Если тесто получилось слишком жидким, добавьте муки.

2 Смажьте противень растительным маслом, уложите на него тесто, сверху равномерно разложите оставшиеся семена и присыпьте сыром. Выпекайте в разогретой до 200°С духовке 10 минут, пока сыр не приобретет золотистый оттенок, снимите с противня. Уменьшите температуру до 160°С.

3 Печенье, порезанное на 30 кусочков, верните на противень и пеките еще 15–20 минут до золотистого цвета. Остудите на решетке.

ЕМ, БЕГУ, ЖИВУ!/ЮЛИЯ ВЫСОЦКАЯ. – М.: ЭКСМО, 2009. – 320 С.: ИЛ.

Journal-plaza.net ®

Рисовый потенциал

Один из самых здоровых продуктов – рис. Он не только вкусен и полезен, но и, как утверждают практики Аюрведы, питание некоторое время одним лишь рисом приведет к быстрой и мягкой очистке организма. Кроме того, рис обладает уникальными саттвическими способностями – очищает не только физиологическую сферу, но и сознание.

40 минут | 245 ккал | 4 порции

Рис, тушенный с грибами и овощами

На 4 порции:

- *200 г риса*
- *200 г грибов*
- *1 луковица*
- *1 морковь*
- *3 сладких перца разных цветов*
- *3 ст.л. растительного масла*
- *4 помидора*
- *1 л воды*
- *зелень укропа и петрушки*
- *соль по вкусу*

1 Рис промойте и обжарьте на растительном масле с рублеными грибами и луком, нашинкованным соломкой, влейте кипящую воду. Добавьте нарезанную кубиками морковь, посолите.

2 Тушите рис под крышкой на слабом огне 25 минут. За 5 минут до готовности положите нарезанные кубиками помидоры и сладкий перец. При подаче посыпьте блюдо рубленой зеленью.

123RF

Journal-plaza.net ®

Рисовые башенки с томатным соусом

На 6 порций:

- *200 г вареного риса*
- *1 болгарский перец*
- *100 г шампиньонов*
- *2 луковицы*
- *4 ст.л. тертого сыра*
- *2 ч.л. приправы «12 овощей и 5 специй» ТМ «Мівіна Букет»*
- *4 ст.л. оливкового масла*
- *3 помидора*
- *2 ч.л. бальзамического уксуса*
- *перец по вкусу*

1 Нагрейте 2 ст.л. оливкового масла и пассеруйте на нем нарубленный лук до золотистого цвета. Положите нарезанные ломтиками перец и грибы, добавьте приправу и жарьте 15 минут.

2 Положите к овощам охлажденный рис и тертый сыр, поперчите, перемешайте и прогрейте на медленном огне еще 5–7 минут.

3 Переложите рисовую смесь в специальные формочки, уплотните, оставьте на полчаса, затем аккуратно выложите на блюдо. (Если таких формочек нет, просто выложите рис ложкой, смоченной в воде, в форме небольших горок).

4 Для соуса помидоры ошпарьте кипятком, снимите кожицу, мякоть мелко нарежьте, спассеруйте на оставшемся масле до мягкости, приправьте уксусом. При подаче полейте башенки соусом.

50 минут | 318 ккал | 6 порций

В приправе «Букет» идеально сочетаются все компоненты, необходимые для создания в каждом блюде совершенного букета вкуса и аромата: 12 сушеных овощей, 5 душистых пряностей и ароматная зелень.

МІВІНА Букет

FOTO.MILLIONMENU.RU

Journal-plaza.net ®

Ярким доказательством тому, что ни одно украинское застолье не обходится без разнообразных салатиков, является обойма писем (как в бумажном, так и в электронном виде) от наших читателей. В этой подборке рецепты – лучшие из лучших, необыкновенно простые, но очень аппетитные.

Салатный сезон

Салат с креветками и горчичным соусом от Марины Галкиной из Хмельницкого

На 2 порции:

- *200 г креветок*
- *6 кочанчиков брюссельской капусты*
- *1/2 небольшой моркови*
- *1 картофелина*
- *3 стручка спаржи (овощи можно взять из замороженной смеси)*
- *1 ст.л. горчицы*
- *2 ст.л. легкого майонеза*
- *2 ст.л. оливкового масла*
- *базилик, свежемолотый перец, соль по вкусу*
- *лососевая икра для украшения*

1 Креветки отварите в подсоленной воде, очистите (оставьте несколько неочищенных). Овощи отварите до готовности (если овощи из замороженной смеси, то отваривайте всего несколько минут в подсоленной воде). Овощи нарежьте не очень мелко.

2 Приготовьте заправку. Для этого оливковое масло, горчицу и майонез тщательно перемешайте до однородной массы, добавьте измельченный базилик по вкусу.

3 Соедините овощи и креветки с горчичной заправкой, перемешайте.

4 Выложите салат в небольшую круглую форму, утрамбуйте его и аккуратно переверните на тарелку. Сверху выложите пару неочищенных креветок.

5 Украсьте салат лососевой икрой, посыпьте свежемолотым перцем. Подавайте салат с половинкой вареного яйца.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ЧИТАТЕЛЯМИ

Journal-plaza.net ®

Весенний салат с капустой от Любови Пахомовой из Камянского

На 2 порции:

- *100 г белокочанной капусты*
- *100 г листьев салата*
- *50 г зелени петрушки и укропа*
- *2 вареных яйца*
- *соль, специи по вкусу*
- *подсолнечное масло или майонез для заправки*

1 Листья салата вымойте, обсушите, порежьте тонкими полосками. Капусту нашинкуйте. Яйца мелко порубите.

2 Все ингредиенты смешайте, добавьте мелко нарезанную зелень, соль, специи по вкусу, заправьте маслом или майонезом.

3 Украсьте салат. Для этого необходимо небольшие огурцы нарезать кружочками. Вырежьте серединки, а бортики нарежьте ножом, чтобы на них получились полоски (можно ровные, а можно и косые).

4 С помидоров срежьте острым ножом кожицу по кругу (чтобы снять ее тонкой лентой). Если необходимо подровняйте края лент и сверните из них маленькие розочки. Розочки разместите в кружочках огурца: они зафиксируются в вырезанных серединках (см. фото).

5 Чтобы сделать «хризантему» нужно острым ножом срезать с огурца пластинку вдоль всего плода. Обрежьте края у пластинки и ножом нарежьте тонкие лепестки. Сверните пластинку в трубочку, закрепите зубочисткой, расправьте, вовнутрь положите тонко нарезанные полоски помидора. Украсьте салат готовыми «цветами» и дольками вареного яйца.

20 минут | 180 ккал | 2 порции

Journal-plaza.net ®

Салат «Для любимого» от Виктории Ращинской из Киева

На 8 порций:

- *1 кг некрупных креветок*
- *20 перепелиных яиц*
- *400 г маслин*
- *400 г пекинской капусты (или листьев салата)*
- *150 г майонеза*

1 Отварите в подсоленной воде креветки, очистите.

2 Яйца отварите, охладите, очистите и разрежьте пополам вдоль.

3 Маслины разрежьте на половинки.

4 Листья пекинской капусты или салата помойте, обсушите и руками порвите на куски.

5 Креветки соедините с яйцами и маслинами, заправьте майонезом и выложите на листья пекинской капусты или салата.

6 Украсьте салат петрушкой, колечками маслин и дольками яиц. Не солите салат!

Салат «Дюбари» от Инны Хлебниковой из Запорожья

На 2 порции:

- *240 г крабовых палочек*
- *150 г моркови по-корейски*
- *2–3 свежих огурца*
- *3 ст.л. растительного масла*
- *2 зубочка чеснока*
- *соль, перец по вкусу*

1 Крабовые палочки и огурцы нарежьте мелкой соломкой, перемешайте с корейской морковкой. Мелко порубите чеснок. Перемешайте чеснок с растительным маслом.

2 Салат заправьте солью, перцем и залейте чесночной заправкой. Все перемешайте.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ЧИТАТЕЛЯМИ

Journal-plaza.net ®

Рецепт с обложки

Яйца, фаршированные по-праздничному

На 6 порций:

- 6 яиц
- 50 г бекона или ветчины
- 50 г зеленого горошка
- 2 ст.л. молока
- 1 ст.л. сливочного масла
- 1 ст.л. натертого на мелкой терке твердого сыра
- 20 г репчатого лука
- полоски красного и оранжевого болгарского перца, перья зеленого лука для украшения
- соль, перец по вкусу

1 Яйца хорошо помойте в теплой воде. В скорлупе аккуратно сделайте отверстие и удалите содержимое яиц. Скорлупа должна остаться целой (без верха). Скорлупу выложите на противень и поставьте в разогретую до 150°С духовку на 7 минут. Яйца взбейте с молоком, смесь посолите.

2 Обжарьте лук и бекон, нарезанные кубиками, на сливочном масле, влейте яичную смесь. Как только она прихватится, слегка перемешайте, повторите операцию несколько раз. За 2 минуты до готовности добавьте тертый сыр, положите горошек.

3 Осторожно наполните смесью яичную скорлупу, посыпьте молотым перцем, украсьте цветными полосками болгарского перца и перьями лука,

Чтобы яичная скорлупа красиво блестела, аккуратно натрите яйца небольшим количеством рафинированного растительного масла (без запаха).

30 минут | 212 ккал | 6 порций

KHOM LTD

Journal-plaza.net ®

Искорки солнца

Этот искрящийся напиток недаром называют «королем вин». В его вкусе и аромате можно отыскать все, чего только душа пожелает: тепло весеннего утра, свежесть дня, игривость вечера и терпкость ночи. Шампанское, смешанное с соком лайма, – восхитительный напиток для весенних торжеств!

Коктейль «Таити»

На 2 порции:

- *150 мл сладкого шампанского*
- *150 мл ликера «Куантро»*
- *75 мл сока лайма*
- *несколько кубиков льда*
- *цедра лайма для декора*

Ликер «Куантро», сок лайма и кубики льда смешайте в шейкере. Перелейте в бокалы для мартини. Сверху аккуратно долейте шампанское. Украсьте коктейль фигурно нарезанной цедрой лайма.

Journal-plaza.net ®

123RF

Коктейль «Французский»

На 2 порции:

- *150 мл полусладкого шампанского*
- *50 мл водки*
- *2 плода лайма*
- *2 ч.л. сахарного сиропа*
- *несколько кубиков льда*

С плодов лайма снимите цедру, выжмите сок. Цедру измельчите в блендере. Водку, 2 ст.л. сока лайма, сироп и цедру лайма смешайте в шейкере, процедите и влейте в бокалы. Долейте шампанским. Положите лед.

Journal-plaza.net ®

Замиксуем?

Не хватает денег на дорогой кухонный комбайн, а нужно быстро приготовить тесто на блины, воздушный крем для праздничного торта или ягодное пюре на завтрак ребенку? Мы поможем вам выбрать хороший миксер.

Миксер Moulinex BM1

■ Ручной миксер. Мощность – 150 Вт. Две скорости. Венчики из нержавеющей стали и пластмассы. Цвет – белый.

Миксер Tefal 8141

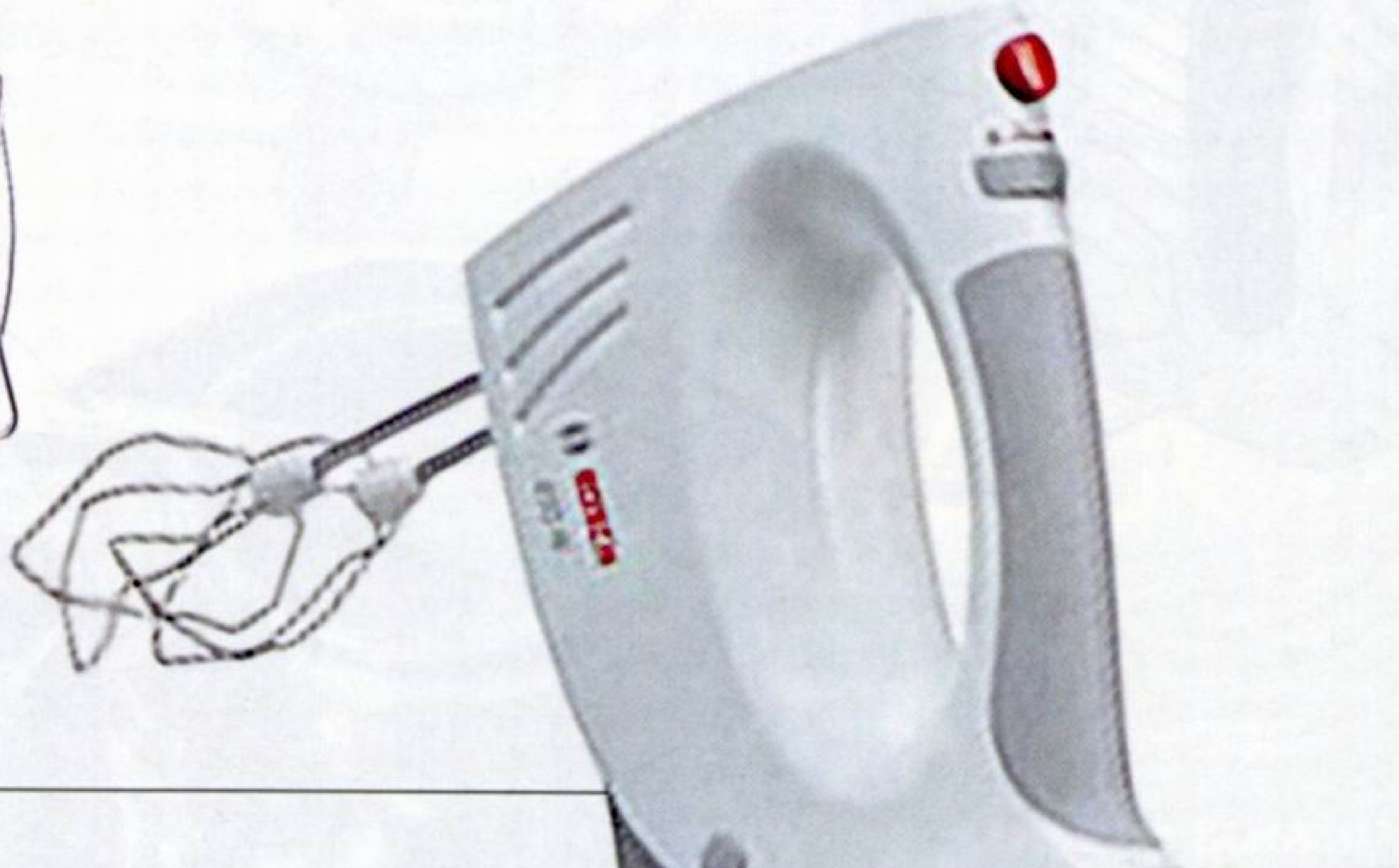
■ Ручной миксер. Мощность – 200 Вт. Пять скоростей. Металлические венчики. Насадки для замеса густого теста. Кнопка Turbo. Цвет – белый/манго.

Миксер PHILIPS HR-1571/30

■ Ручной миксер. Мощность – 400 Вт. Три скорости. Насадки для взбивания и смешивания. Система Flexi-Mix. Кнопка Turbo.

Миксер ORION OR-MIX02

■ Ручной миксер. Мощность – 175 Вт. Десять скоростей. Насадки для взбивания и замешивания теста из нержавеющей стали. Кнопки разблокировки насадок и Turbo.



Миксер BOSCH MFQ 3550

■ Ручной миксер. Мощность – 450 Вт. Пять скоростей. Насадки для замешивания теста и взбивания. Кнопка Turbo. Цвет – белый/серый.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ КОМПАНИЯМИ

Journal-plaza.net ®

Золотое яичко

Яйца подают к пасхальной трапезе как самостоятельное кушанье, так и в составе многих традиционных блюд. Готовьте яйца и употребляйте их с максимальным комфортом и удовольствием.

Подставка для яйца Tramontina COSMOS, Бразилия, 47,34 грн

Сепаратор для яиц GIPFEL, Германия, 125 грн

Яйцерезка VS-1635 VITESSE, Франция, 83 грн

Яйцерезка Tramontina, Бразилия, 28,92 грн

Яйцерезка VS-1818 VITESSE, Франция, 80 грн

Набор подставок для яиц (6 штук) Luminarc, Франция, 50,70 грн

Подставка для яйца с ложечкой и солонкой VS-1294 VITESSE Франция, 110 грн

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Посуда: сеть магазинов «Посуд De Luxe» (ул. Княжий Затон 2/30, тел.: 573-78-55), магазин «Le Mage. Посуда и товары для дома» (ул. Мишуги 2, тел.: 577-09-30)

Journal-plaza.net ®

Чудо из чудес

В апреле уже должна стоять хорошая погода: солнцу в эту пору положено светить с высоты небес, а зеленым листочкам – набираться сил. И если вам захочется перенести хотя бы частичку этой красоты в свой дом, начните с сервировки. В апреле – повод особый, поэтому стол украшаем не только по-весеннему свежо, но и по-пасхальному празднично.

123RF

1 С весной и Пасхой ассоциируются желтый и зеленый цвета. Поэтому постараемся выдержать декор праздничного стола в нежном весенне-пасхальном колорите.

2 Постелите на стол бледно-зеленую и белую скатерть с тонкой цветочной вышивкой.

3 Сервируйте стол яркой цветной посудой – буйство красок в этот великий праздник только приветствуется. В глубокую тарелку салатного цвета положите белую, сложенную вчетверо салфетку, сверху поставьте глубокую тарелку немного меньшего размера лимонного или бледно-оранжевого цвета.

4 В тарелку положите несколько декоративных яиц, пушистое перышко, живой цветок и зажженную свечу (желательно тоже в форме яйца). Декоративные яйца покупать необязательно: это могут быть и настоящие пасхальные яйца-крашенки, расписанные вручную и украшенные ленточками, – уже как подскажет ваша фантазия.

5 На столе непременно должны быть живые цветы или веточки с зелеными листиками. Желаем ярких праздников в семейном кругу!

Journal-plaza.net ®

5 способов сделать творожную запеканку еще вкуснее

У каждой хозяйки есть свой рецепт приготовления творожной запеканки, но иногда хочется поэкспериментировать с новыми ингредиентами. Обязательно воспользуйтесь такой возможностью.

- Чтобы изюм в творожной запеканке был более интересным по вкусу, замочите его не в теплой воде (как обычно), а в коньяке или в роме.

- Часть муки, добавляемой в творожную запеканку, лучше заменить манной крупой – изделие не распадется и будет мягче. Консистенция запеканки с добавлением одной лишь муки будет более плотной.

- Цитрусовые могут испортить вкус запеканки (дать горечь), поэтому лучше использовать цедру лимона или апельсина, а не мякоть.

- Чтобы корочка запеканки не подгорела и при этом внутри она хорошо пропеклась, за 20 минут до готовности накройте форму листом фольги.

- В запеканку кладите немного молотых грецких орехов, кешью или обжаренного миндаля.

Journal-plaza.net ®